MITSUBISHI

三菱 IH クッキングヒーター

取扱説明書 家庭用

製品登録のご案内

三菱電機では、ウェブサイトでのアンケートにお答えいただくと、お客さまに役立つ各種サービスをウェブサイトにて利用できる「製品登録サービス」を実施しております。詳しくはホームページをご覧ください。

www.MitsubishiElectric.co.jp/mypage

形名

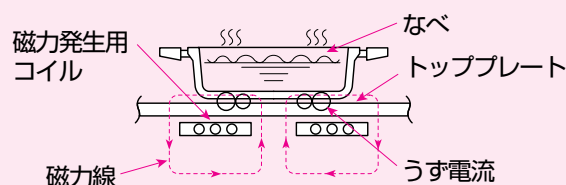
CS-KMG38E
CS-KMG38ES
CS-KMG38EB
CS-LEG38ES

●ご使用の前に、この取扱説明書をよくお読みになり、正しく安全にお使いください。
●保証書は「お買上げ日・販売店名」などの記入を確かめて、販売店からお受け取りください。
●取扱説明書・保証書は大切に保存してください。
●お客様ご自身では据付けないでください。
（安全や機能の確保ができません。）

●この商品は日本国内専用で、外国では使用できません。また、アフターサービスもできません。
This appliance is designed for use in Japan only and cannot be used in any other country.
No servicing is available outside of Japan.

特長

IH（電磁誘導加熱）とは

トッププレートの下の磁力発生用コイルに電流が流れると磁力線が発生し、その磁力線によってなべ底にうず電流が発生します。そのうず電流となべ底との電気抵抗によってなべ底自体が発熱します。

安全機能について

すべてのヒーターに対応

■切り忘れ防止自動停止機能
切り忘れても最終操作後から約45分が過ぎると、ブザーが鳴り自動的にヒーターが切れます。
（グリルは加熱がスタートしてから約20分後。）

■チャイルドロック機能
チャイルドロックを設定すると、すべてのヒーターが使えなくなります。

IHヒーター・中央ヒーター(ラジエントヒーター)に対応

■高温注意ランプ表示
トッププレートが熱い間は高温注意表示をします。
※各ヒーターの火力表示ランプの中央（2つ）が赤く点灯します。

IHヒーターに対応

■なべなし自動停止機能
なべを置かなかったり、はずしたままにすると、約1分後に自動的にヒーターが切れます。

■温度過昇防止機能
なべ底やグリル庫内が高温になり過ぎると、自動的に火力をコントロールします。
（特に炒め物などの予熱時などにはたらくことがあります。）
※温度が下がると自動的に加熱し始めます。
※空焼きなどの異常時には加熱を停止します。

中央ヒーター(ラジエントヒーター)に対応

■中央ヒーターロック機能
中央ヒーター（ラジエントヒーター）だけを使えないようにロックします。

左IHヒーター　2500W

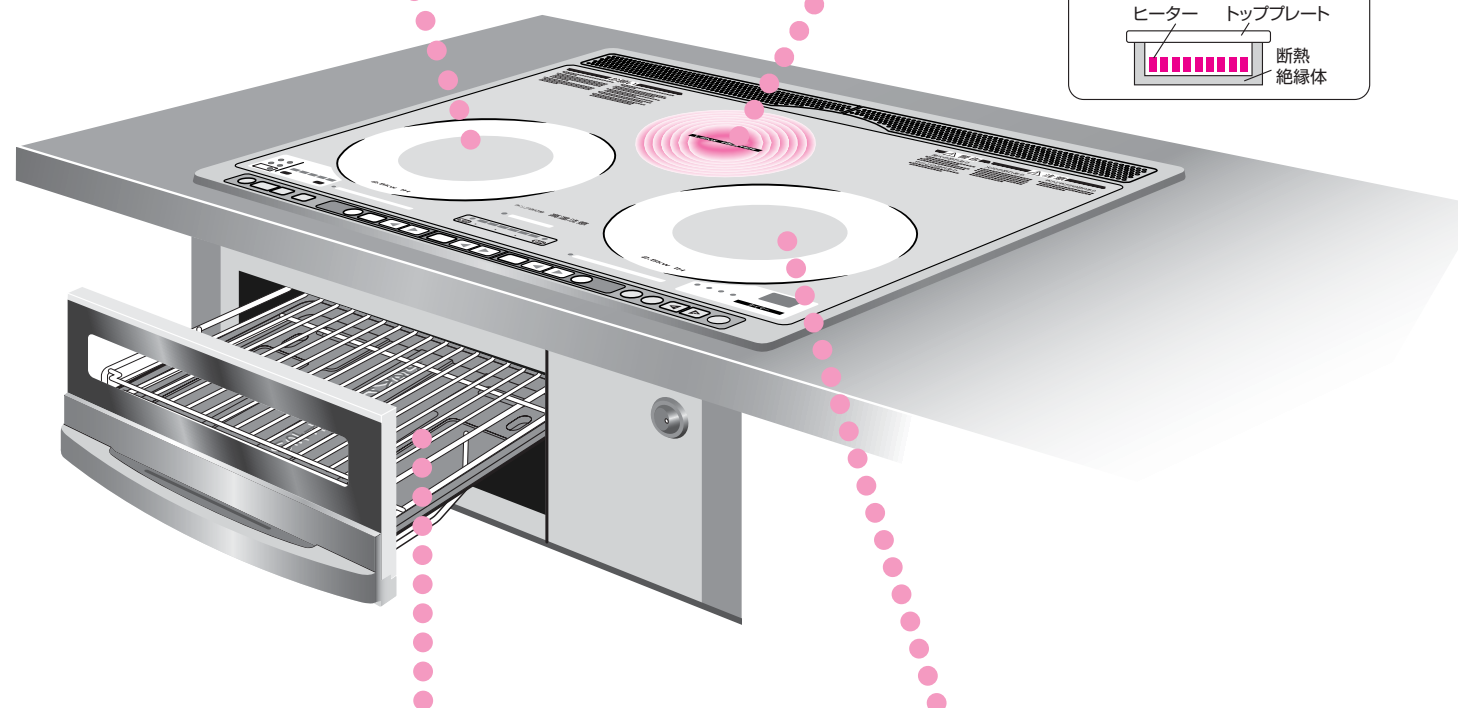
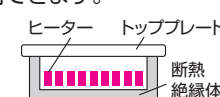
揚げ物機能　油温度調節機能で設定温度にすばやく復帰します。
揚げ物がカラッとおいしく揚がります。

タイマー　1分～5時間までセットできます。
※揚げ物機能には使えません。
※火力によって設定できる時間が異なります。

中央ヒーター(ラジエントヒーター)1200W

ＩＨヒーターで使えないなべが使えます。

タイマー　1分～5時間までセットできます。
※火力によって設定できる時間が異なります。

ラジエントヒーターとは
通電すると、約3～5秒でヒーター自体が赤熱します。通電を切った後、余熱を利用できます。

ワイドグリル（両面焼き）2000W

大きな庫内は、幅31cm、奥行き24.5cm、最大高さ6cmまで入ります。
水をはらないので、魚をこんがり焼き上げます。また、ピザ皿・キッシュ皿などを使えばオーブン感覚でメニューの幅が広がります。

自動焼き　「姿焼」「切身」「小魚」「つけ焼き」からメニューを選ぶと自動で焼きます。
※手動で焼くこともできます。

タイマー　1分～25分までセットできます。
※自動焼きには使えません。

右IHヒーター　2500W

揚げ物機能　油温度調節機能で設定温度にすばやく復帰します。
揚げ物がカラッとおいしく揚がります。

タイマー　1分～5時間までセットできます。
※揚げ物機能には使えません。
※火力によって設定できる時間が異なります。

この取扱説明書では次のように表します。
- 操作手順は……………………………… 1 2 3
- 表示ランプの点灯は…………………… ●
- 表示ランプの点滅は………………… ☀ や ☀
- 表示ランプの色は………… 赤：■　消灯：□

もくじ

ご使用の前に
- 安全のために必ずお守りください………4
- 操作部のなまえとはたらき………………8
- 各部のなまえ ……………………………10
- ご使用の前に ……………………………11
- 使えるなべ・使えないなべ ……………12

使い方

左右IHヒーター
- 加熱調理をする ……………………………14
- 揚げ物調理をする …………………………16

中央ヒーター（ラジエントヒーター）
- 中央ヒーターの使い方 ……………………18

グリル
- グリルで焼く 両面自動調理 ……………20
- グリルで焼く 両面手動調理 ……………22

便利な機能
- タイマーを使う………………………………24
- 〔安全機能〕ロックをする
〈チャイルドロック・中央ヒーターロック〉…26

お手入れ
- お手入れ
  - 〈トッププレート・本体〉 …………28
  - 〈グリル〉 ……………………………30

困ったとき
- 故障かな？と思ったら ……………………32
- 保証とアフターサービス …………………46
- 仕様 ……………………………………裏表紙

お料理ノート

お料理のページ

■IHヒーターの火力調節のめやす………34
【煮る・蒸す・ゆでる】
肉じゃが/かれいの煮つけ/ポークカレー　35
鶏肉と野菜のスープ/薄皮まんじゅう/茶わん蒸し　36
しゅうまい/カリフラワーのマリネ　37
ほうれん草のからしあえ
【焼く・炒める】
ビーフステーキ/ハンバーグ　38
厚焼き卵/野菜炒め　39

■揚げ物調理の温度調節のめやす ………40
【揚げる】
天ぷら/ミックスフライ　41

■グリル〔自動〕……………………………42
さんまの塩焼き/ぶりのつけ焼き　43

■グリル〔手動〕の火力のめやす ………44
ピザ/ほうれん草のキッシュ　44
ミートローフ/チキンマカロニグラタン/　45
スウィートポテト/ジャンボ·アップル・マフィン

安全のために必ずお守りください

■誤った取扱いをしたときに生じる危険とその程度を、次の表示で区分して説明しています。

警告　誤った取扱いをしたときに、死亡や重傷などに結びつく可能性があるもの

注意　誤った取扱いをしたときに、軽傷または家屋・家財などの損害に結びつくもの

■図記号の意味は次のとおりです。

禁　止	接触禁止	水かけ禁止	分解禁止	指示に従い実行する

警告

水や調理物を加熱していると、突然沸騰して飛び散ることがあるため、加熱前によくかきまぜる

特に、だし汁・みそ汁・カレー・牛乳などの汁物には注意する。
やけど・けがの原因

異常･故障時には、ただちに使用を中止する

火災・感電・けがの原因

※下記のような場合は、ただちに使用をやめ、専用回路のブレーカーを「切」にして修理を依頼する。

［異常・故障例］
・こげくさいにおいがする
・触れるとビリビリ電気を感じる
・トッププレートにひびが発生した
・その他の異常、故障がある

**吸気口、排気口やすき間に、ピンや針金などの金属類や異物を入れない
吸気口、排気口に指を入れない**

火災・感電・けがの原因

禁止

分解・改造・修理はしない

火災・感電・けがの原因
修理はお買上げの販売店またはお近くの「三菱電機 ご相談窓口・修理窓口」にご相談ください。

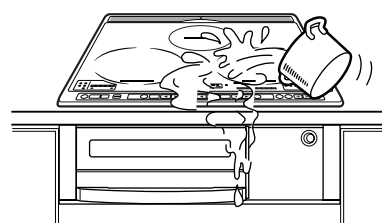
分解禁止

本体（排気口・吸気口など）に水をかけない

漏電・ショート・火災・感電・故障の原因

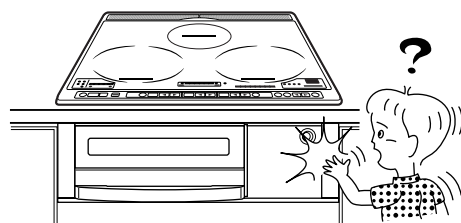
水かけ禁止

子供など取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない

感電・けが・やけどの原因
※使用後は、触れたり当たらないようにグリル扉を閉める。

禁止

なべなどの下に紙や各種汚れ防止カバーなどを敷いて使用しない

禁止

なべなどの熱で紙などがこげたり、安全機能が正しくはたらかず発煙・発火の原因
※各種汚れ防止カバーとは、トッププレートとなべやフライパン等との間に敷き、トッププレートの汚れを防ぐために使うもの。

警告

炒め物と焼き物をするときは、次のことを必ず守る

・そばを離れない
・加熱しすぎない（予熱の火力は弱めにする）
少量の油を使うため、油温が急激に上がり発煙・発火の原因

禁止

可燃物を近づけない

火災・感電・やけどの原因
※新聞・雑誌・ふきんなど燃えやすいものをトッププレートの上や吸気口･排気口の上に置かない。

禁止

トッププレートの上に、缶詰、湯たんぽ、各種汚れ防止カバー、アルミホイル、アルミ製レトルトパック、ボンベおよびカセットコンロやその他の電気製品などを置かない

誤って加熱した場合、火災・爆発・やけどなどの原因

禁止

中央ヒーターの上になべ以外の物を置かない

火災の原因

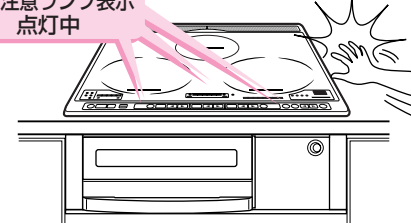
禁止

使用後は電源スイッチを「切」にする

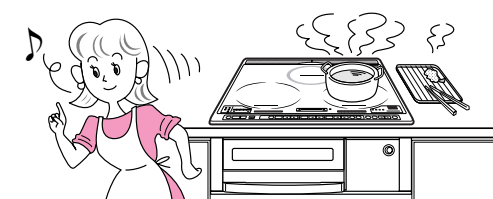
火災の原因
※長期不在のときは、ブレーカーを「切」にする。

スイッチを「切」にする

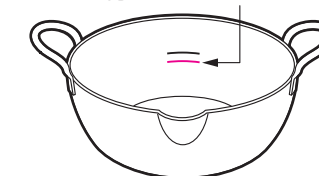
高温注意ランプ表示が点灯中はトッププレート、その周辺の金属部やなべに触れない

高温のためにやけどの原因
※高温注意ランプ表示が消えてもすぐには触らない。
※本体周辺（キッチン天板部分）が温かくなるので、生鮮食品等を長時間置かない（鮮度が落ちることがある。）

接触禁止

揚げ物調理について

揚げ物をするときは、次のことを守らないと、油は炎がなくても発火のおそれがあります

●揚げ物調理中はそばを離れない

●必ず付属の天ぷらなべを使う
●なべ底がそったり変形しているものは使わない
※なべ底のそりは0.5mm以下のものを使う

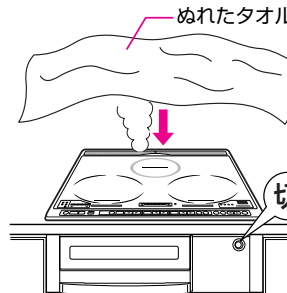
●油の量は約0.6リットル（約500g）未満では調理しない

●付属の天ぷらなべは加熱部の中央に置く
●IHヒーターの揚げ物キーを使う

火災の原因

トッププレートに衝撃を加えない

万一ひびが入ったり割れた場合、そのまま使うと過熱や異常動作・感電の原因
※このような場合は、ただちに使用をやめ、専用回路のブレーカーを「切」にして修理を依頼する。

禁止

（トッププレートはガラス製です。
上にのったり、物を落としたりしないでください。
また、傷がつくと割れの原因になります。）

安全のために必ずお守りください　（つづき）

⚠注意

本体前方に物を置かない

火災の原因

禁止

中央ヒーターの上に直接食材をのせて焼かない

発火・異常動作の原因

禁止

IHヒーター、中央ヒーターの上に下記の物を置いたまま通電しない

- 吸・排気カバー
- グリル受け皿
- スプーンなどの金属製小物

加熱してやけどの原因

禁止

なべを不安定な状態で使用しない

トッププレートのふちにのり上げた状態で使うと、本体損傷や落下などにより、けが・やけどの原因

禁止

排気口や吸気口をふさいだり、排気口付近に手、顔、なべの取っ手を近づけない

キッチンや本体内部が過熱して火災・やけど・故障の原因

禁止

上面操作部、火力表示ランプ、表示部の上に高温のなべなどを置かない

熱により万一上面操作部に穴があくと、漏電・感電の原因

禁止

空だきをしたり、加熱しすぎない

なべの温度が上がり、やけどや調理物の発火の原因
なべのそり、変形、トッププレートの破損の原因

禁　止

IHヒーターでアルミ製容器（うどん等が入った簡易なべ）を加熱しない

容器が赤熱したり、穴があいてやけどの原因
※中央ヒーターで加熱するか、なべに移して加熱してください。

禁止

医療用ペースメーカーをお使いの方が、本製品をご使用される場合は、医療用ペースメーカーの取扱説明書および担当医師の指示に従う

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがある。

医師と相談

水をかけたり、火気を近づけたりしない。

感電・漏電の原因

禁　止

調理以外の目的で使用しない

火災の原因

禁　止

使用中・使用後しばらくはグリル扉（ガラス窓）とその周辺の金属部やなべに触れない

高温のためにやけどの原因
※なお、高温注意ランプ表示はトッププレートのヒーター部用のため、グリル扉とその周辺の金属部やなべが高温の場合でも点灯はしないので注意する。

接触禁止

お手入れは冷えてから行う

やけどの原因

⚠注意

揚げ物調理について

他の器具（ガスコンロなど）であらかじめ加熱した油を使用しない

油温度調節機能がはたらかず、異常加熱し火災の原因

禁止

油煙が多く出たら電源スイッチを「切」にする

油が高温になっているため続けて加熱すると発火し、火災の原因

スイッチを切る

揚げ物調理中は飛び散る油に注意する

油が飛び散ってやけどの原因
※油の飛び散りは材料の下ごしらえなどで少なくできる。
（➡P. 40「油の飛び散りを少なくするために」）

油に注意

揚げ物調理中は中央ヒーターを使わない

揚げ物調理中に飛び散った油が通電中の中央ヒーターにつくと発火・火災の原因

禁止

グリル調理について

使用中は本体から離れない

調理物が発火して火災の原因

離れない

必要以上に加熱しない

加熱しすぎると発火の原因

禁　止

必ず受け皿を使用する

火災の原因

グリル扉を引き出したときに、上から強い力を加えない

グリル扉やグリル受け皿が落下してけがをしたり器具を破損する原因

禁　止

グリル用の小石などは使わない

発煙・発火・やけどの原因

禁　止

吸・排気カバーの上に物を置かない

グリル取っ手が熱くなり、やけどの原因
また、本体内部の温度が上がり、故障の原因

禁　止

使用後は必ずお手入れする
グリル受け皿やグリルあみなどについた油分は残さず洗い落とす

続けて焼くときは、グリル受け皿にたまった油を捨て、汚れをきれいに落としてから次を焼く

お手入れする

グリル受け皿などに調理くずや油分が残ったまま調理すると発煙・発火の原因
※グリルあみにアルミホイルをセットするとお手入れが簡単です。
（アルミホイルのセットのしかた➡P.20「準備」）

調理物が発煙・発火した場合はすぐに電源スイッチを切り、次の手順で消火する

①電源スイッチを切る
②吸・排気カバー全体をぬれたタオルでふさぐ

指示にしたがう

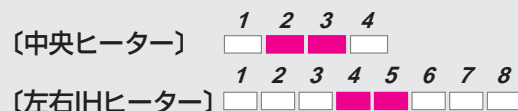
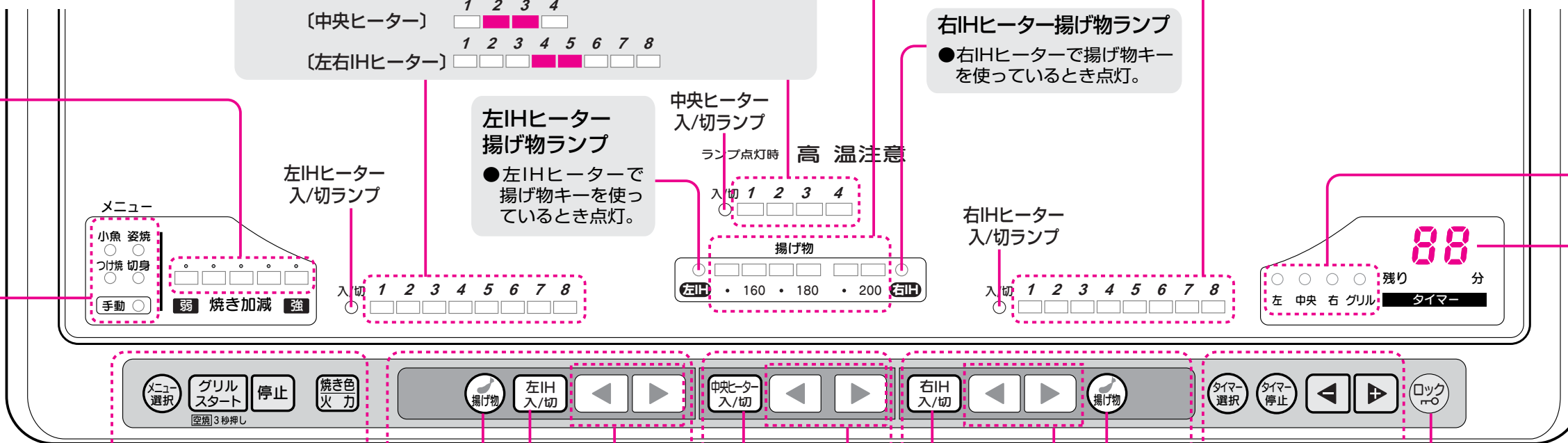
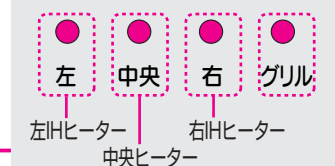
※このときグリル扉の周囲から煙が出ます。
- 炎が消えるまでグリル扉を引き出さない。（空気が入り、炎が大きくなります。）

グリル扉（ガラス窓）に水をかけない。

（ガラスが割れます）

指示にしたがう

操作部のなまえとはたらき

上面操作部/表示部

⚠注意

上面操作部、火力表示ランプ、表示部の上に高温のなべなどを置かない
(熱により万一上面操作部に穴があくと、漏電・感電の原因)

お知らせ

●火力設定時、最小最大火力と基準火力（＊）でブザーが鳴ります。
基準火力ではブザーが長めに鳴るので、火力調節のめやすになります。

（＊）基準火力
左右IHヒーター……………………………「4」
中央ヒーター ……………………………「3」
グリル手動…………………………「中」(中央)

次の場合、キーを押すごとにブザーが鳴ります。
基準のところではブザーが長めに鳴ります。
(基準)
グリルメニュー選択…………………………「姿焼」
グリル自動の焼き色調節 …………「中」(中央)
揚げ物の油温度設定 …………………「180」℃

前面操作部

各部のなまえ

本　体

排気カバー（排気口）
グリルの排気が出ます。

左IHヒーター
2500W

凸マーク（４カ所）
目の不自由な方のために設けています。
（なべを置く位置のめやす）

グリル
シーズヒーター
上1200W
下800W

グリル扉
（ガラス窓）

グリル取っ手

中央ヒーター
ラジエントヒーター　1200W

右ＩＨヒーター
2500W

吸気カバー（吸気口）

トッププレート

外枠

上面操作部

前面操作部

グリルあみ

グリル受け皿

受け皿枠

パッキン
※パッキンは消耗品です。次のような場合は交換が必要です。

①柔軟性がなくなった
②ひびが入り、さけた
③グリル扉の周辺から煙が多く出るようになった

交換については、お買上げの販売店にお問い合せください。

［追加購入するとき］
品番：M26 555 054H
品名：パッキン

グリルあみをセットするとき、向きに注意する。

奥　側

手前側

※グリルあみは消耗品です。変色・腐食した場合は、お買上げの販売店にお問い合せください。

［追加購入するとき］
品番：M26 558 349
品名：グリルあみ

付 属 品

天ぷらなべ　［1 個］

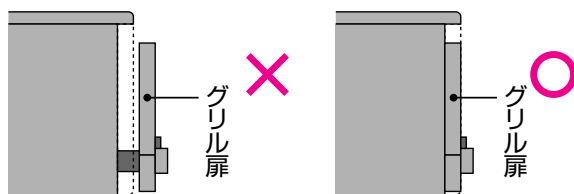
［追加購入するとき］
品番：CS-100667
品名：天ぷらなべ

グリル扉の閉めかた

グリル扉を確実に奥まで押し込んでください。

グリル扉　×

グリル扉　○

ご使用の前に

■天ぷらなべをご使用の前に〔初回のみのお願い〕
使いはじめる前に、スポンジに台所用洗剤をつけて洗い、すすいで水気をよくふいてから使ってください。

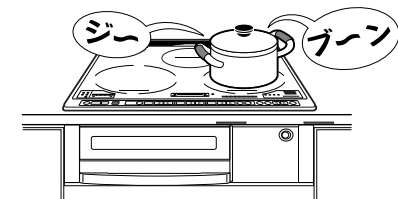
お願い

- キャビネット（本体下側）に調味料・食品などを置かないでください。
（熱による変質の原因。）

- トッププレートの上で、IH ジャー炊飯器など電磁誘導加熱の調理機器を使わないでください。
（磁力線により本製品が故障する原因。）
- 使用中は磁力線が出ているため、下記のような磁気に弱いものは近づけないでください。
・キャッシュカード、自動改札用定期券、カセットテープなど
（記録が消える恐れがある。）
・ラジオ、テレビなど
（受信障害を及ぼすことがある。）

- トッププレートに酸の強い食品や塩素系の洗剤がついた場合は、すぐにふき取ってください。
（放置すると、トッププレートが変色することがある。）
※酸の強い食品…ジャム、レモン汁、梅を使った食品
- 多量にふきこぼした場合、キャビネット（本体下側）にふきこぼしたものがたれることがあります。この場合、本体とキャビネットのお手入れをしてください。
- 吸気口・排気口などに水などの液体が入った場合、故障の原因になることもあります。多量に入ってしまった場合、または本体が動作しなくなった場合、お買上げの販売店またはお近くの「三菱電機 ご相談窓口・修理窓口」にご相談ください。
- 害虫（ゴキブリ）などが製品内に侵入すると、故障の原因になります。適切な環境下でご使用ください。
- なべ底、トッププレートについた汚れや異物は落としてから調理する。（トッププレートが汚れる原因。また、汚れや異物などがついたまま調理すると、なべ底とトッププレート（ガラス面）がくっつき、割れの原因）
- 市販の IH ヒーター用感熱プレート※は使わないでください。（本体故障の原因）
※鉄などでできた板状のもので、IH ヒーターに直接のせて加熱する。その熱を利用して、IH ヒーターでは使えない素材のなべを加熱するもの。
- グリル受け皿に水を入れないでください。
（グリル庫内に水がこぼれた場合、本体内部に水が入って本体故障の原因）

お知らせ

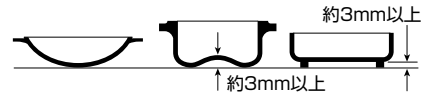
- ３つのヒーターを同時に使うと、総消費電力が 5800 Wを超えないように、左右ＩＨヒーターの最大火力を自動的に調整します。
このとき、火力が自動的に下がり、火力を上げようと操作してもブザーが鳴って上がりません。
- IH ヒーターの使いはじめに本体内部にある磁力発生用コイルからにおいが出てきますが異常ではありません。ご使用にともない出なくなります。（磁力発生コイル➡ P.2「IH（電磁誘導加熱）とは」）
- IH ヒーターで調理中に
・なべの種類によっては、「ブーン」や「ジー」などの共振音がしたり、なべが振動することがあります。
・通電を停止せずになべをはずすと「ピン」という短い金属音がすることがありますが、故障ではありません。
- なべ底面やトッププレート面に水や油が付着した状態で使用すると、なべが動いたり回転することがあります。
- グリルの使いはじめに、煙やにおいが出ることがあります。ご使用にともない出なくなります。
- 使用中・使用後に、本体内部の温度を下げるため、本体内の冷却ファンが回ります。このとき、グリル扉・前面操作部の上部から排気が出ます。

使えるなべ・使えないなべ

なべの材質

	IHヒーター	中央ヒーター
■鉄、鉄鋳物、鉄ホーロー（耐熱性）	○ ●ホーローなべは、空焼きしたり、こげつかせないようにする。（ホーローが溶けて焼きつき、トッププレート損傷の原因）	○ ●ホーローなべは、空焼きしたり、こげつかせないようにする。●ホーロー加工された魚焼器・あみは使えない。（ホーローが溶けて焼きつき、トッププレート損傷の原因）
■ステンレス 18－0 ※磁石がよくつく。	○	○
18－8 18－10	△ ●火力が弱くなる。●厚さ１mm以上のものは、使えない場合がある。	○
■多層なべ ■貼り付けなべ（なべの底にステンレスなどを貼り付けている）	△ ●火力が弱くなったり、使えないものがある。※多層で間に鉄をはさんでいるものや、底が18-0ステンレスのものは使える。	○
■溶射なべ（なべの底に鉄などをコーティングしている）	△ ●なべの底の材質により火力が弱くなったり、使えないものがある。	
■陶磁器（土なべなど）	× 「IHヒーターで使える」と表示されていても、IHヒーターでは使わない。※形状などによっては、本製品が故障します。	△ ●土なべの底に脚があるものは、加熱できない。●土なべを引きずらない。（土なべの底でトッププレートを傷つけ、割れの原因）
■銅、アルミ	×	○
■耐熱ガラス	×	△ ●超耐熱ガラス製なべ以外は使えない。（割れることがある。）

⚠ 警告
- ●揚げ物調理は必ず付属の天ぷらなべを使う
- ●付属の天ぷらなべの底のそりは0.5mm以下のものを使う （火災の原因）

なべの形状

IHヒーター	中央ヒーター
○ ■底が平らで、底の直径が12～27cmのもの ●27cm以上のものは、熱が伝わりにくくなり、調理が上手にできないことがある。※圧力なべも使えます。（IHヒーターは、火力が強いので火力を上げすぎないでください。）	○ ■底が平らで厚手のもの ■底の平らな部分の直径が12～19cmのもの
× ■底に約３mm以上のそりや脚があるもの ■底の丸いもの（中華なべなど） ■底の直径が12cm未満のもの （約3mm以上／約3mm以上） ※安全機能が正しくはたらかない、火力が弱くなったり、入らない場合があります。	× ■底に約3mm以上の凹凸があるもの ●ラジエントヒーターの温度調節機能がはたらき、ヒーターが赤くなったり消えたりするため調理が上手にできない。
お知らせ ●底がうすいものは、底が変形することがあります。低めの火力で使ってください。●底がうすいものや底がそっているものは、強火で予熱すると赤熱する場合があります。	

新しいなべを購入するときは…

SI IH / SG CH·IH

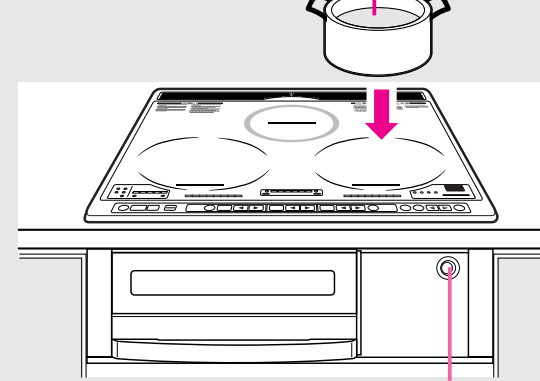
- ●左記マークのあるなべをおすすめします。
  ※財団法人「製品安全協会」が認定したIHクッキングヒーター（200V）対応の製品です。
  ※100V対応のなべは使えません。
- ●左記マークのないなべは「IHヒーターでも使える」と表示されていても、火力が弱かったり、火力が入らない場合があります。

お知らせ

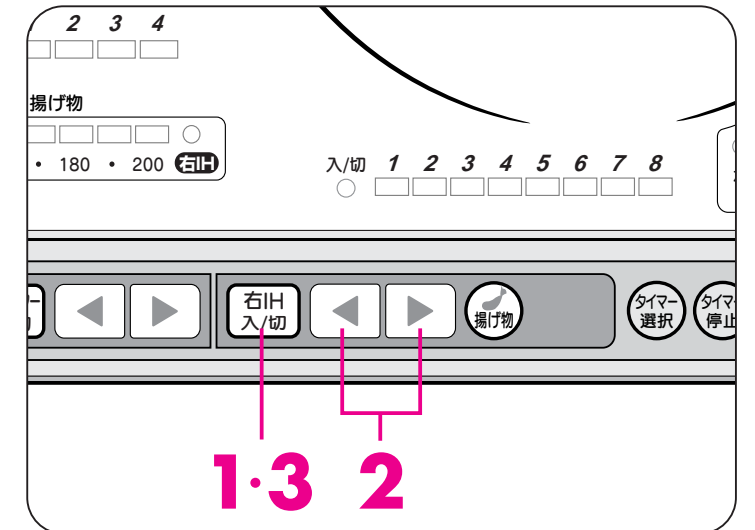
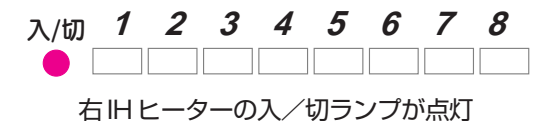
- ●同じ火力設定でも、なべの材質、形状、大きさなどによっては消費電力が異なったり、加熱状態が異なったりします。

IHヒーターで使えるなべの見わけかた

右IHヒーターを使って説明しています。左右IHヒーターのどちらでも見わけられます。

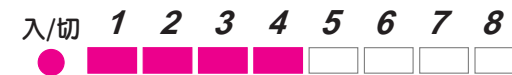
なべに水を入れ、右IHヒーターの中央に置く

電源スイッチを「入」にする

1 右IH 入/切 を押す

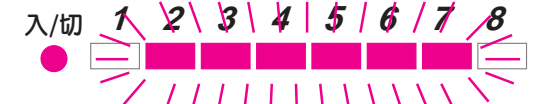
右IHヒーターの入／切ランプが点灯

2 ◀ ▶（どちらでもよい）を押す

○ 使えるなべ

右IHヒーター火力表示ランプが点灯。
ヒーターに通電され、なべを加熱します。

入/切 1 2 3 4 5 6 7 8

使えるなべと見わけても、材質や形状によっては火力が弱くなる場合があります。

× 使えないなべ

右IHヒーター火力表示ランプ「2」～「7」が点滅。
なべなし自動停止機能がはたらいて、なべは加熱されません。

約１分後にブザーが鳴って、火力表示ランプが消灯し、自動的に通電が停止します。

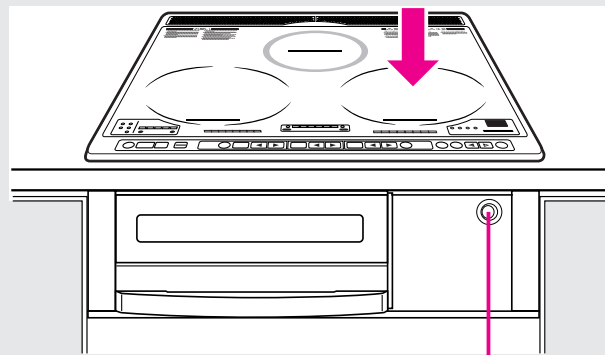
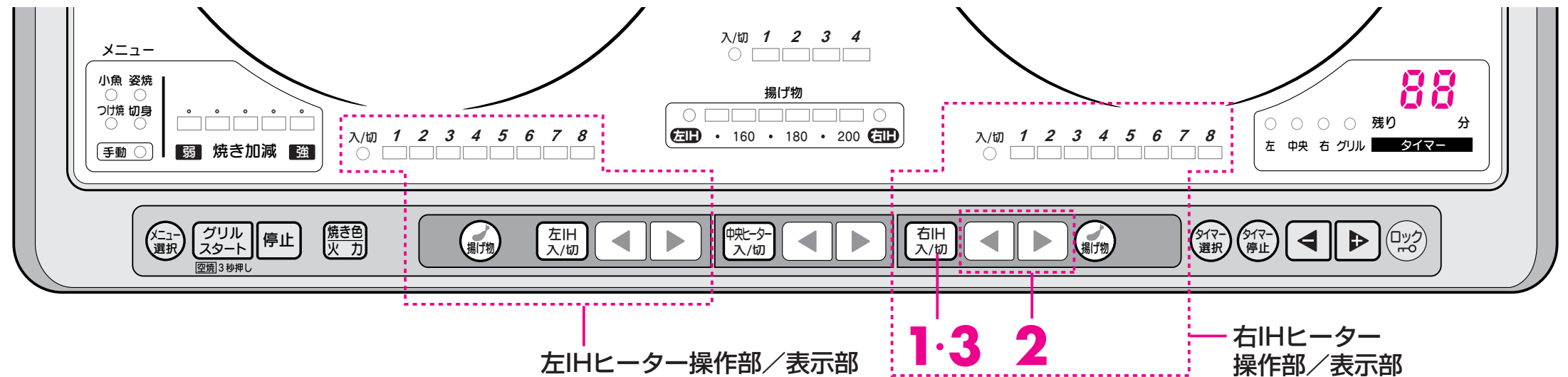
3 確認が終わったら 右IH 入/切 を押してヒーターを切る

電源スイッチを「切」にする

加熱調理をする〈左右IHヒーター〉

右IHヒーターで調理する場合で説明しています。
(左IHヒーターも同じです。)

準　備

◆なべに材料を入れ、右IHヒーターの中央に置く

◆電源スイッチを「入」にする

⚠警告

●炒め物と焼き物をするときは、
・そばを離れない
・加熱しすぎない（予熱の火力は弱めにする）
（油の温度が急激に上がり、発煙・発火の原因）

●水や調理物を加熱していると、突然沸騰して飛び散ることがあるため、加熱前によくかきまぜる。

特に、だし汁・みそ汁・カレー・牛乳などの汁物には注意する。（やけど・けがの原因）

お願い

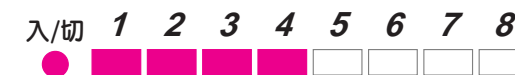
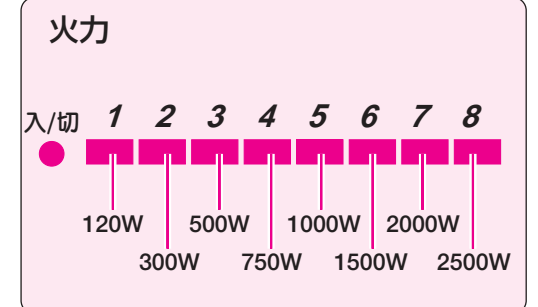
●煮込み料理をするときは、火力を弱めにして、ときどきかきまぜてください。
（こがさない）

具材（特に大根、じゃがいも、こんにゃくなど）がなべ底にはりついて、部分的にこげつくことがあり、こげた部分が空焼きのようになります。ホーローなべでは、なべ底のホーローがとけてトッププレートにくっつき、トッププレートの傷つき・割れの原因になります。

1 右IH入/切 を押す

右IHヒーターの入／切ランプが点灯。
※トッププレートが熱いときは「4」「5」が点灯して「高温注意」をお知らせする。

右IH入/切 を押しただけではなべは加熱されません。（安全のため）

2 ◀ ▶ を押して火力を選び、調理する

はじめは、自動的に「4」(750W)で加熱が始まる。

3 調理が終わったら 右IH入/切 を押す

ヒーターが切れます。

電源スイッチを「切」にする

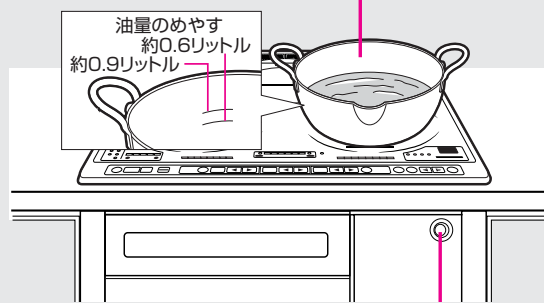
電源スイッチを切った後も、本体内部を冷やすために、冷却ファンが回ります。

使い方

揚げ物調理をする〈左右IHヒーター〉

右IHヒーターで調理する場合で説明しています。
（左IHヒーターも同じです。）

準 備

◆付属の天ぷらなべに油約0.9リットル（約800g）を入れ、右IHヒーターの中央に置く
・必ず付属の天ぷらなべを使う。
・油量約0.6リットル（約500g）未満では調理しない。（油温度調節機能がはたらかず、発煙・発火の原因）

◆電源スイッチを「入」にする

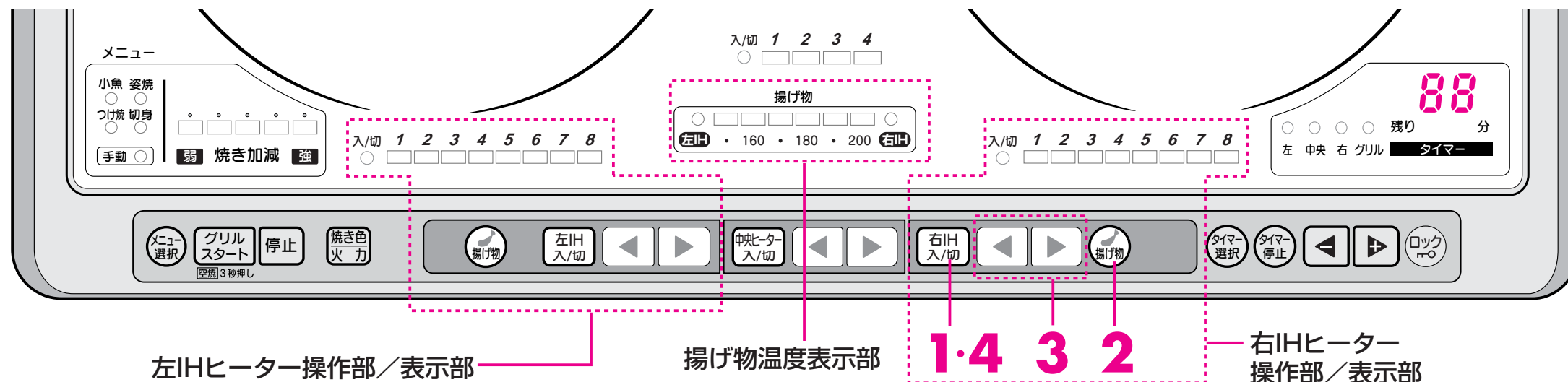
⚠警告

●揚げ物調理中はそばを離れない
●必ず付属の天ぷらなべを使う
※なべ底がそったり変形しているものは使わない（なべ底のそりは0.5mm以下のものを使う）
●油の量は約0.6リットル（約500g）未満では調理しない
●付属の天ぷらなべは加熱部の中央に置く
●IHヒーターの揚げ物キーを使う
（火災の原因）

お願い

●調理中、調理後の付属の天ぷらなべの取り扱いは、市販のミトンなどを使って、両手で行ってください。（やけどの原因）
●なべ底・トッププレートに異物や汚れがついているときは取り除いてください。

お知らせ

●揚げ物キーを使用して揚げ物以外の調理をしないでください。
●左右IHヒーター同時に揚げ物キーは使えません。
●揚げ物キーを使っているヒーターに、タイマーは使えません。
●予熱中や調理中に、天ぷらなべから「キーン」のような金属音がしますが、異常ではありません。
●調理中に油を追加したときは、揚げ物予熱表示は点灯したままです。
●トッププレートが熱いときに揚げ物調理をすると、油温度が低いうちに予熱完了のお知らせをすることがあります。
●右IHヒーターの揚げ物キーを使用中に、
• グリルを使うと、左IHヒーターは最大火力「7」になる場合があります。
• 左IHヒーターを火力「8」で使い、さらにグリルを使うと、ブザーが鳴って左IHヒーターの火力が自動的に「7」に下がる場合があります。
※左IHヒーターの揚げ物キーを使った場合、上記同様に右IHヒーターの火力が変わります。

1 右IH入/切 を押す

右IHヒーターの入／切ランプが点灯。
※トッププレートが熱いときは「4」「5」が点灯して「高温注意」をお知らせする。

右IH入/切 を押しただけではなべは加熱されません。（安全のため）

2 を押す

揚げ物温度表示部
揚げ物 点灯する
左IH 160 180 200 右IH
設定温度は自動的に「180」℃になる。

右IHヒーター火力表示ランプが、揚げ物予熱表示になる。（右記参照）

揚げ物予熱表示
「3」～「6」の4つのランプが点滅・点灯して、予熱中の油温度の上がり具合を4段階でお知らせします。

3 ◀ ▶ を押して油温度を設定する

揚げ物温度表示部
揚げ物
左IH 160 180 200 右IH
※イラストは「190」℃の場合。

ブザーが鳴り、火力表示ランプ（4つ）がすべて点灯したら
予熱完了、調理をする

設定温度180℃、油約800gの場合、予熱完了までの所要時間は約10分です。

油量検知がはたらいて、揚げ物調理が停止することがあります。
（U5表示➡P.33）

設定温度を変更すると再び予熱表示をはじめます。

4 調理が終わったら 右IH入/切 を押す

※トッププレートが熱いときは「4」「5」が点灯して「高温注意」をお知らせする。

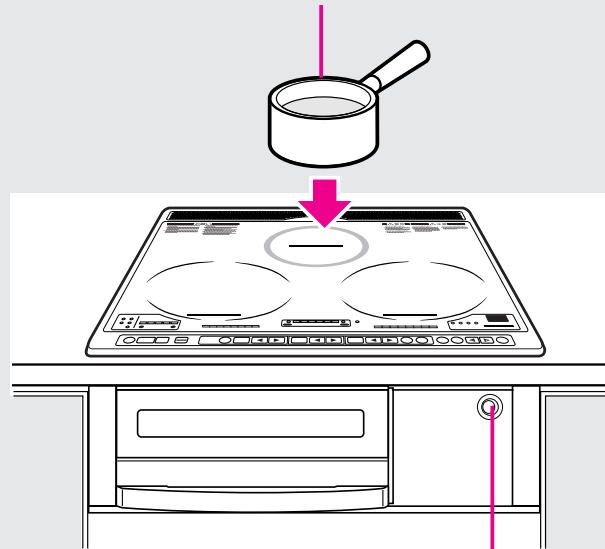
ヒーターが切れます。

電源スイッチを「切」にする

電源スイッチを切った後も、本体内部を冷やすために、冷却ファンが回ります。

中央ヒーターの使い方〈ラジエント ヒーター〉

準 備

◆なべに材料を入れ、中央ヒーターの中央に置く

◆電源スイッチを「入」にする

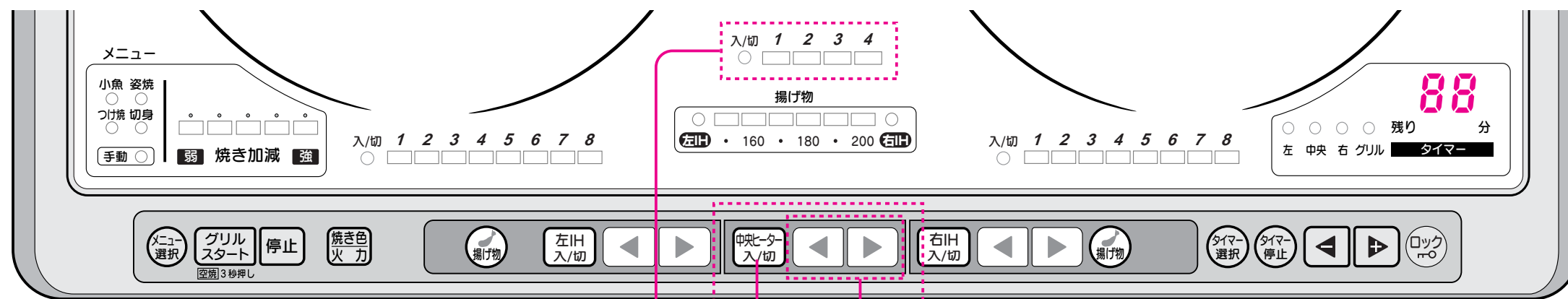
⚠警告

●中央ヒーターでは揚げ物調理はしない
（発煙・発火・火災の原因）
●炒め物と焼き物をするときは、
・そばを離れない
・加熱しすぎない（予熱の火力は弱めにする）
（油の温度が急激に上がり、発煙・発火の原因）

●水や調理物を加熱していると、突然沸騰して飛び散ることがあるため、加熱前によくかきまぜる。

特に、だし汁・みそ汁・カレー・牛乳などの汁物には注意する。（やけど・けがの原因）

お知らせ

●中央ヒーターとグリルは同時に使えません。
●ヒーターの火力を「3」以下に設定すると火力をコントロールするため、ヒーターが赤くなったり消えたりします。ヒーター部が赤く見えないことがありますが故障ではありません。
●調理中、高温になりすぎると温度調節機能がはたらき、ヒーターが赤くなったり消えたりしますが故障ではありません。
●ヒーターが赤くなるときに周囲との温度差によりトッププレート内側がくもることがありますが異常ではありません。しばらくするとくもりが取れますのでそのままご使用ください。
●トッププレートにしょうゆや調味料がたれたときは、すぐにふき取ってください。放置したまま使用するとトッププレートが変色することがあります。（機器の性能に問題はありません。）

1 [中央ヒーター入/切] を押す

中央ヒーターの入／切ランプが点灯。
※トッププレートが熱いときは「2」「3」が点灯して「高温注意」をお知らせする。

[中央ヒーター入/切] を押しただけではヒーターは加熱されません。（安全のため）

2 [◀][▶] で火力を選び、調理する

はじめは、自動的に「3」（600W）で加熱が始まる。

3 調理が終わったら [中央ヒーター入/切] を押す

ヒーターが切れます。

電源スイッチを「切」にする

電源スイッチを切った後も、本体内部を冷やすために、冷却ファンが回ります。

グリルで焼く 両面自動調理

準　備

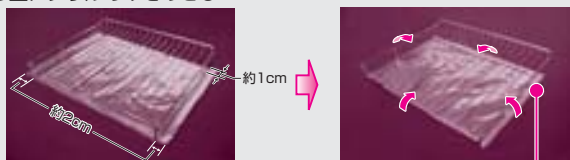
グリルあみにアルミホイルをセットする。

※容器に入れた調理のときは、アルミホイルをセットする必要はありません。

①平らな台にアルミホイルをしき、その上にグリルあみをのせる　②アルミホイルをあみのふちに巻きつける

⚠注意

●庫内に入れたとき、グリルあみ下棒に巻いたアルミホイルが下ヒーターに接触しないよう、しっかりと巻きつける。（発煙・発火の原因）

悪い例　良い例

①グリル皿を受け皿枠にセットする。（グリル皿の穴（2カ所）と受け皿枠の凸部（2カ所）を合わせる）

②アルミホイルを巻きつけたグリルあみをグリル皿にのせる。（向きに注意する。）

③魚をのせる。（グリルあみに油をぬると魚の皮がくっつきにくくなる。）

◆グリル受け皿（扉）を確実に奥まで押し込む（➡P.10「グリル扉の閉め方」）

◆電源スイッチを「入」にする

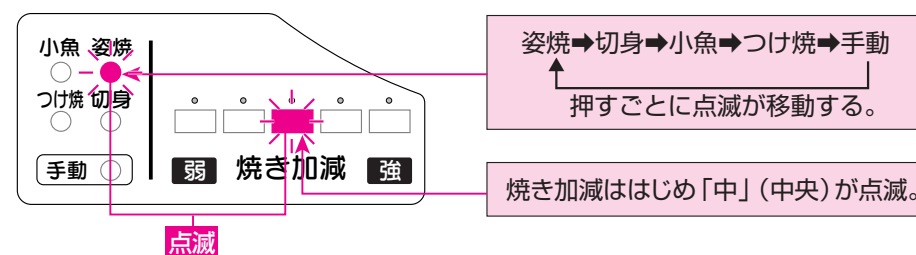
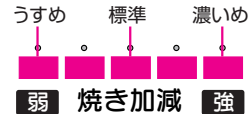
お願い

- ●グリル扉は、奥まで確実に閉めてください。
- ●グリル調理中は、必ず換気扇を使用してください。調理中、排気口（排気カバー）から煙が出ます。
- ●魚のひれなどがヒーターにつくと発火する恐れがあります。調理物はヒーターにつかないようにしてください。
- ●ヒーターにアルミホイルをかぶせたり巻きつけないでください。（ヒーター故障の原因）
- ●新しいアルミホイルを使用する（発煙・発火防止のため）
- ●連続で焼くときは、グリル受け皿やアルミホイルにたまった油や調理くずをふき取るなどして取り除いてください。（発煙・発火防止のため）

※調理直後、グリルは熱いのでやけどに注意してください。

お知らせ

- ●グリルと中央ヒーターは同時に使えません。
- ●グリル（自動）にタイマーは使えません。
- ●グリル調理中、ヒーターの熱で庫内の金属部分が膨張・収縮して音がすることがあります。
- ●焼き上がり後すぐにグリル扉を引き出すと、煙が前面から出ます。特に油分の多い魚を焼いた後は、1分程度待ってから引き出してください。

1 [メニュー選択] を押して メニューを選ぶ

[焼き色 火力] を押して選ぶ。（押すごとに点灯が移動する。）

※「メニュー選択」キーを押してから、調理スタート約1分までの間、選べます。

※焼き色を選ぶと、次回からその焼き色で焼き上げます。

魚の種類・大きさ・脂ののりなどで、メニューを選んでください。（「自動調理メニューと焼き時間のめやす」➡P.42）

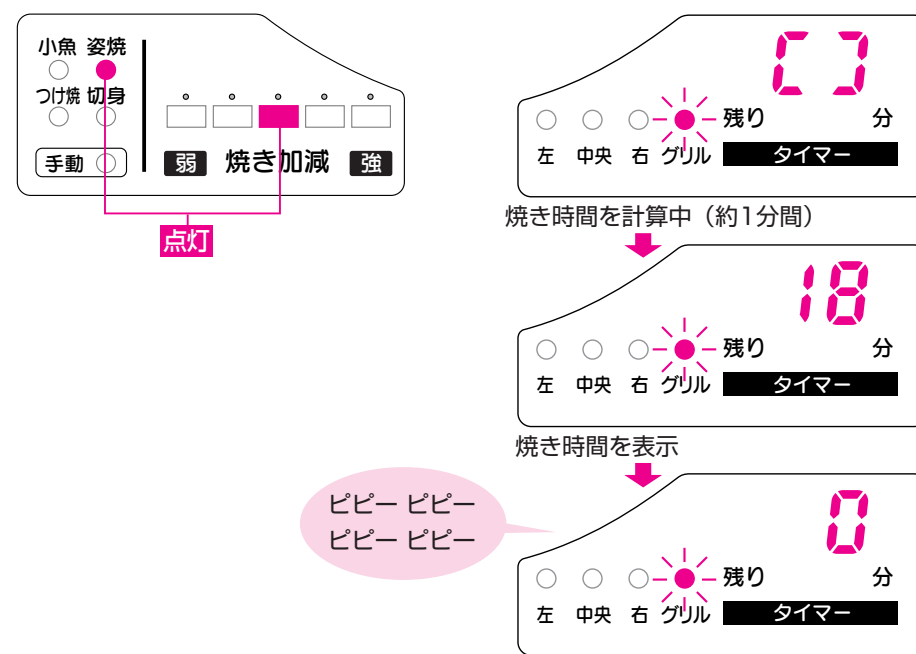
このまま操作をしないと、約5分後にグリル設定が取り消されます。

2 [グリルスタート] を押して 調理をスタートさせる

※調理中は上下ヒーターの火力を調節しながら焼くので、ヒーターが赤くみえないことがあります。

（➡P.32「故障かな？と思ったら」）

小魚 姿焼 / つけ焼 切身 / 手動 / 弱 焼き加減 強

点灯

焼き時間を計算中（約1分間）

焼き時間を表示

ピピー ピピー ピピー ピピー

ブザーが鳴ったら

調理終了 魚を取り出す

メニューを選びなおすとき [停止] を押して、再度手順1から設定してください。

残り時間表示は調理中に修正することがあります。

調理中にグリル扉を開けたとき

- ●加熱は一時停止します。グリル扉を閉めると自動調理を継続します。
- ●開け放しにしたり、きちんと閉めなかったときは、グリルに関するランプや表示が点滅し、ブザーが鳴ってお知らせします。（ブザーは30秒後から10秒刻み）そのまま30分がたつと調理は取り消しになります。
- ●焼き色がうすめに仕上がります。

調理終了後に、追加焼きをするときは、手動で焼き具合を見ながら焼いてください。

電源スイッチを「切」にする

使い方

グリルで焼く 両面手動調理

準　備

グリルあみにアルミホイルをセットする。
※容器に入れた調理のときは、アルミホイルをセットする必要はありません。

①平らな台にアルミホイルをしき、その上にグリルあみをのせる
②アルミホイルをあみのふちに巻きつける

⚠注意

●庫内に入れたとき、グリルあみ下棒に巻いたアルミホイルが下ヒーターに接触しないよう、しっかりと巻きつける。
（発煙・発火の原因）

悪い例
良い例
①グリル皿を受け皿枠にセットする。
（グリル皿の穴（2ヵ所）と受け皿枠の凸部（2ヵ所）を合わせる）

②アルミホイルを巻きつけたグリルあみをグリル皿にのせる。（向きに注意する。）

③調理物をのせる。（食材をじかにのせるときは、グリルあみに油をぬると食材がくっつきにくくなる。）

◆グリル受け皿（扉）を確実に奥まで押し込む
（➡P.10「グリル扉の閉め方」）

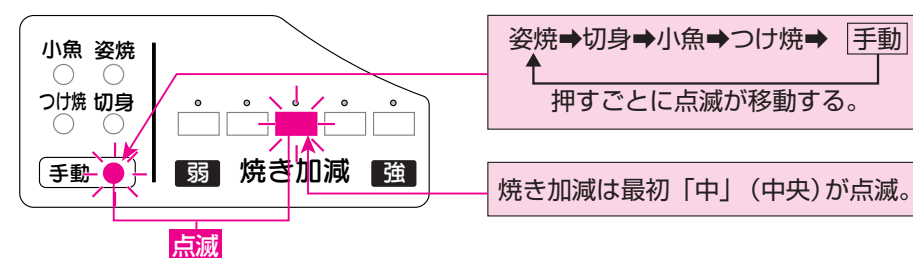
◆電源スイッチを「入」にする

お願い

●グリル扉は、奥まで確実に閉めてください。
●グリル調理中は、必ず換気扇を使用してください。調理中、排気口（排気カバー）から煙が出ます。
●魚のひれなどがヒーターにつくと発火する恐れがあります。調理物はヒーターにつかないようにしてください。
●ヒーターにアルミホイルをかぶせたり巻きつけないでください。（ヒーター故障の原因）
●新しいアルミホイルを使用する（発煙・発火防止のため）
●連続で焼くときは、グリル受け皿やアルミホイルにたまった油や調理くずをふき取るなどして取り除いてください。（発煙・発火防止のため）
※調理直後、グリルは熱いのでやけどに注意してください。

お知らせ

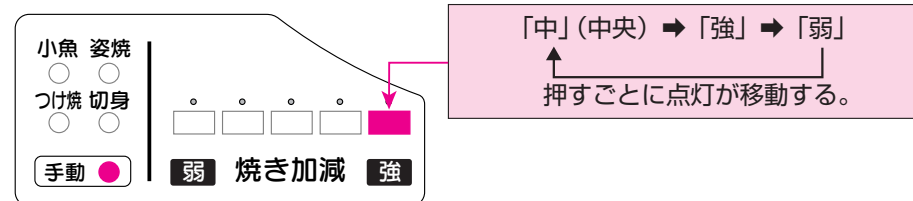
●グリルと中央ヒーターは同時に使えません。
●グリル（自動）にタイマーは使えません。
●グリル調理中、ヒーターの熱で庫内の金属部分が膨張・収縮して音がすることがあります。
●焼き上がり後すぐにグリル扉を引き出すと、煙が前面から出ます。特に油分の多い魚を焼いた後は、1分程度待ってから引き出してください。

1 （メニュー選択）を押して「手動」を選ぶ

このまま操作をしないと、約5分後にグリル設定が取り消されます。

2 （グリルスタート）を押す

3 （焼き色火力）を押して火力を選び調理する

■切タイマーを設定するとき
（➡P.24～25「タイマーを使う」）
切タイマーを設定しないと、スタートから20分でヒーターが切れます。
（➡P.2「切り忘れ防止自動停止機能」）
※調理中は上下ヒーターの火力を調節しながら焼くので、ヒーターが赤くみえないことがあります。
（➡P.32「故障かな？と思ったら」）

小魚 姿焼
つけ焼 切身
手動
弱 焼き加減 強

「中」（中央）➡「強」➡「弱」
押すごとに点灯が移動する。

焼き加減（火力）
火力は「弱」「中」「強」の3段階です。

上ヒーター500W 下ヒーター330W／上ヒーター750W 下ヒーター400W／上ヒーター900W 下ヒーター800W
弱 焼き加減 強
点灯しません

調理中にグリル扉を開けたとき
●加熱は一時停止します。グリル扉を閉めるとまた加熱が始まります。
●開け放しにしたり、きちんと閉めなかったときは、グリルに関するランプや表示が点滅し、ブザーが鳴ってお知らせします。（ブザーは30秒後から10秒刻み）
そのまま30分がたつと調理は取り消しになります。

4 調理が終わったら（停止）を押して、調理物を取り出す

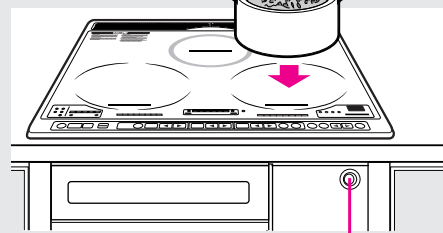
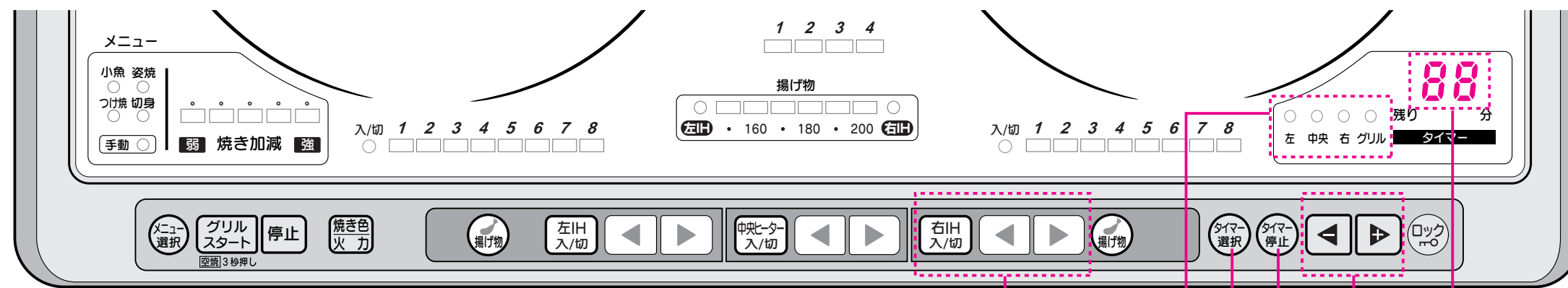
小魚 姿焼
つけ焼 切身
手動
弱 焼き加減 強

電源スイッチを「切」にする

使い方

タイマーを使う〈左右IHヒーター・中 央ヒーター・グリル（手動)〉

■右ＩＨヒーターに設定する場合で説明しています。
左IHヒーター・中央ヒーター・グリル（手動）も同じです。

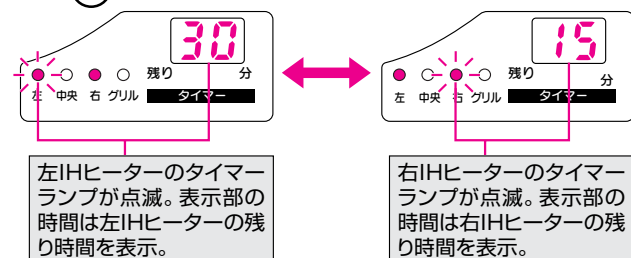
準　備

お知らせ

●グリル（自動）にタイマーは使えません。
●揚げ物キーを使っているヒーターに、タイマーは使えません。
●表示部について

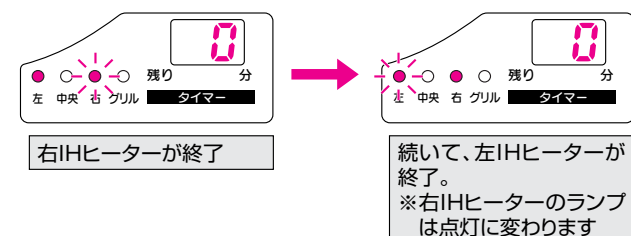
〔タイマーを使っているときに、グリル（自動）を設定したとき〕
表示部はグリル（自動）の調理時間を表示します。
タイマーの時間表示を見るときは (タイマー選択) を押してください。
グリル（自動）の調理時間を再表示するには、(タイマー選択)または(メニュー選択)を押します。

〔複数のヒーターにタイマーを使っているとき〕
表示部の時間は、タイマーランプが点滅しているヒーターの残り時間を表示します。
（例）左IHヒーターと右IHヒーターにタイマーを設定したとき
(タイマー選択)を押すごとに、次のように交互に表示します。

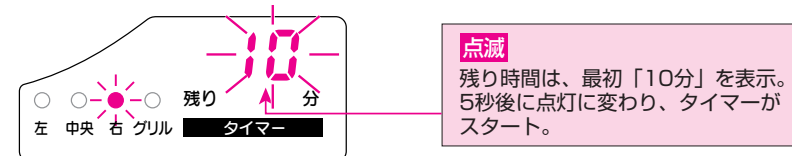
左IHヒーターのタイマーランプが点滅。表示部の時間は左IHヒーターの残り時間を表示。

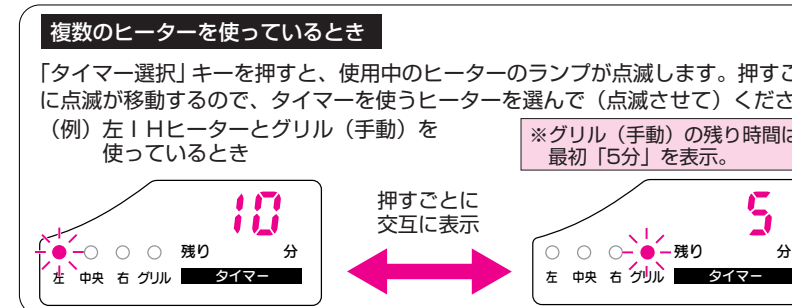
右IHヒーターのタイマーランプが点滅。表示部の時間は右IHヒーターの残り時間を表示。

〔複数のヒーターに設定したタイマーが、終了したとき〕
順次、終了したヒーターのタイマーランプが点滅、「0」分が表示されます。先に終了したヒーターのタイマーランプは点灯に変わります。
（例）上記の（例）が終了したとき

右IHヒーターが終了

続いて、左IHヒーターが終了。
※右IHヒーターのランプは点灯に変わります

※タイマーを途中で取り消すには、(タイマー選択)で取り消すヒーターのタイマーランプを選んで（点滅させて）、(タイマー停止)を押してください。
または取り消したいヒーターの「入/切」キーを押してください。

1 右IHヒーターに通電する

右ＩＨヒーターの使い方
➡P.14,15 手順 1,2

2 (タイマー選択) を押す

点滅
残り時間は、最初「10分」を表示。5秒後に点灯に変わり、タイマーがスタート。

複数のヒーターを使っているとき
「タイマー選択」キーを押すと、使用中のヒーターのランプが点滅します。押すごとに点滅が移動するので、タイマーを使うヒーターを選んで（点滅させて）ください。
（例）左ＩＨヒーターとグリル（手動）を使っているとき
※グリル（手動）の残り時間は、最初「5分」を表示。
押すごとに交互に表示

3 ◀ ▶ を押して、時間を 設定する

時間を設定してから5秒後に、点滅から点灯に変わりタイマーがスタート。

ヒーターによって設定できる時間が異なります。

ヒーター	火　力	設定できる時間
左右ＩＨヒーター	「3」～「8」	1～90分まで
	「1」「2」	1～5時間まで
中央ヒーター	「3」「4」	1～90分まで
	「1」「2」	1～5時間まで
グリル（手動）	すべての火力	1～25分まで

時間設定の刻み方
0～30分まで　1分刻み
30～90分まで　5分刻み
90分～2H（2時間）30分刻み
3H（3時間）～5H（5時間）1時間刻み

ピピー
ピピー

ブザーが鳴り、自動的にヒーターが切れる

タイマー動作中の設定時間の変更
◀▶で変更できます。
（5秒後に自動的にスタート）

タイマーの取り消し
「タイマー停止」キーを押してください。
※グリル手動は加熱も停止します。
※取り消したいヒーターの「入/切」キーを押すと、タイマーと加熱が同時に終了します。

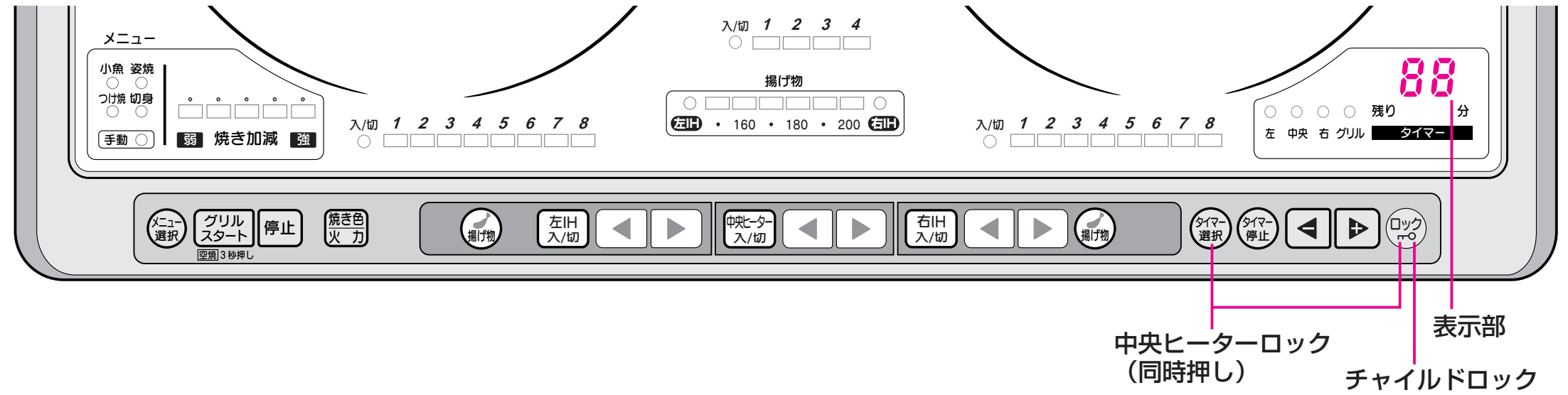
タイマーの延長
タイマー終了後５分間（グリルは、グリル扉を開けた場合）延長を受け付けます。▶で延長したい時間を設定してください。
（5秒後に自動的にスタート）

4 (タイマー停止) を押して、タイマーを終了させる

電源スイッチを「切」にする

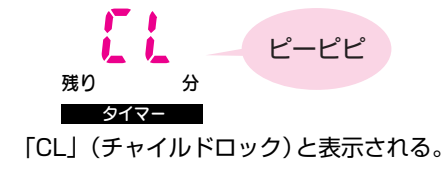
電源スイッチを切った後も、本体内部を冷やすために、冷却ファンが回ります。

〔安全機能〕ロックをする〈チャイルドロック・中央ヒーターロック〉

【チャイルドロック】
ロックをすると、すべてのヒーターが使用できなくなります。
【中央ヒーターロック】
ロックをすると、中央ヒーターのみ使用できなくなります。

お知らせ

●各ロック機能は、電源スイッチを切っても、また電源プラグを抜いても記憶しています。
●高温注意ランプ表示が点灯中に各ロックを設定した場合、トッププレートが冷めるまで高温注意ランプ表示が点灯します。

チャイルドロック

1 電源スイッチを「入」に する

2 ロック を３秒間押す

「CL」（チャイルドロック）と表示される。

ヒーター使用中はロックキーを受け付けません。ヒーターを切ってから操作してください。

3 電源スイッチを「切」に する

解除する
1 電源スイッチを「入」にする
2 ロック を３秒間押す

中央ヒーターロック

1 電源スイッチを「入」に する

2 ロック と タイマー選択 を同時に３秒 間押す

「HL」（ヒーターロック）と表示される。

ヒーター使用中はロックキーを受け付けません。ヒーターを切ってから操作してください。

3 電源スイッチを「切」に する

解除する
1 電源スイッチを「入」にする
2 ロック と タイマー選択 を３秒間押す

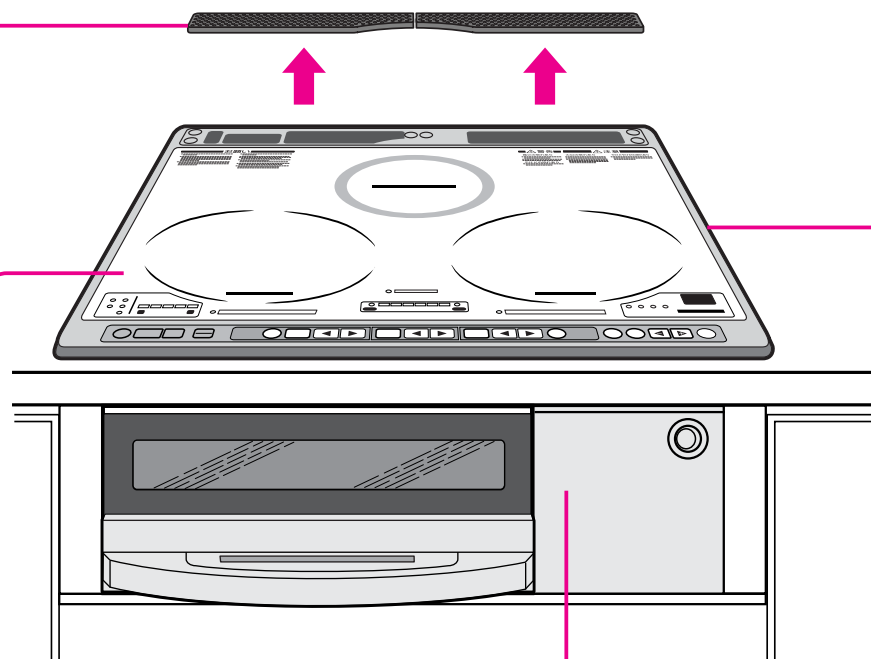
お手入れ〈トッププレート・本体〉

お手入れは、
- 電源スイッチを「切」にして、冷えてから行ってください。
- ご使用のたびに行ってください。
  ステンレス部分は汚れが目立ちます。また、汚れたまま使うと、こびりついてとれにくくなります。
  こまめにお手入れをしてください。

吸・排気カバー

■本体から取りはずして、薄めた台所用中性洗剤で洗う。

お願い

●吸気口・排気口にものを入れないようにしてください。
※吸・排気口にものを落とした場合は、お買上げの販売店またはお近くの「三菱電機　修理窓口」にご相談ください。
●吸・排気カバー下のステンレス部分の油汚れもこまめにお手入れしてください。

トッププレート

- ベンジン・シンナー・漂白剤・アルカリ性洗剤は使わない。（変色の原因）
- 粉クレンザーは使わない。
  （傷がつき、トッププレート割れの原因）
- クレンザーは、研磨剤が 30 %以上含まれているものは使わない。
  （トッププレートの印刷が落ちる原因）

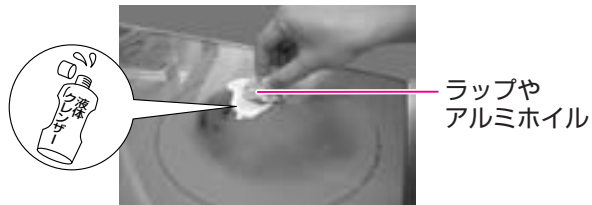
かるい汚れ

■しぼったふきんでふく。

油汚れ

■薄めた台所用中性洗剤でふき取る。
その後、しぼったふきんで水ぶきする。

こびりついた汚れ

■クリームタイプのクレンザー(ジフなど)を少量つけて、ラップやアルミホイルをまるめてこすり取る。その後、しぼったふきんで水ぶきする。

本　体　前　面

シルバー塗装が施されています。
- スポンジのナイロン面やたわしなどかたいものは使わない。（傷の原因）
- ベンジン・シンナー・漂白剤・アルカリ性洗剤は使わない。（変色の原因）

かるい汚れ

■しぼったふきんでふく。

油汚れ

■薄めた台所用中性洗剤でふき取る。
その後、しぼったふきんで水ぶきする。

電源スイッチ部分

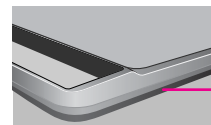
■乾いたやわらかいふきんでふく。

外　　枠

- スポンジのナイロン面やたわしなどかたいものは使わない。（傷の原因）
- ベンジン・シンナー・漂白剤・アルカリ性洗剤は使わない。（変色の原因）
- 外枠のパッキンを傷つけない。（キッチン内部に水が浸入する原因）

上面操作部

水、調味料、調理物などをこぼしたらすぐにふき取ってください。

■乾いたやわらかいふきんでふく。

ステンレス部分

しょうゆや調味料がついたらすぐにふき取ってください。
放置すると汚れあとが残ることがあります。

かるい汚れ

■しぼったふきんでふく。

油汚れ

■薄めた台所用中性洗剤でふき取る。
その後、しぼったふきんで水ぶきする。

汚れのあとが残った場合・汚れがこびりついた場合

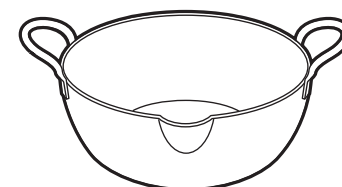
■液体クレンザーなどを少量つけて、
ラップをまるめてこすり取る。
その後、しぼったふきんで水ぶきする。
- ステンレスの筋方向（横）にそってこすってください。
  縦方向にこすると傷つくことがあります。

付属の天ぷらなべ

かるい汚れ

■薄めた台所用中性洗剤で洗う。

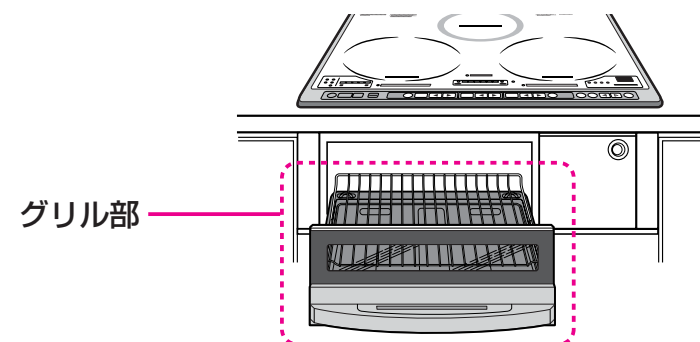
こびりついた汚れ

■クリームタイプのクレンザー（ジフなど）を少量つけて、ラップをまるめてこすり取る。
- 洗ったあとは水分を十分にふき取って乾燥させてから収納してください。（腐食の原因）

お願い

●なべ底がそってきたり、変形した場合は使わないでください。お買上げの販売店でお買求めください。（追加購入するとき➡P10）

●なべ底・外側の汚れも取り除いてください。
（汚れがこびりついたまま使うと、油の温度制御がうまくはたらきません。）

お手入れ〈グリル〉

お手入れは、
- 電源スイッチを「切」にして、冷えてから行ってください。
- ご使用のたびに行ってください。
  ステンレス部分は汚れが目立ちます。また、汚れたまま使うと、こびりついてとれにくくなります。
  こまめにお手入れをしてください。

グリル部品の着脱のしかた

取りはずしかた

1 グリル扉を止まるまで引き出し、取っ手を持ち上げるようにして引き抜く。

2 グリルあみを取り出す。

3 グリル受け皿を取り出す。

4 グリル扉をはずす。

①グリル扉のツメを押さえる。

②グリル扉を矢印方向へ倒すようにすると、受け皿枠のツメ（2ヵ所）がはずれる。

ツメ

ツメ

受け皿枠

取りつけかた

1 グリル扉を取りつける。

①グリル扉の穴（2ヵ所）と受け皿枠のツメ（2ヵ所）を合わせる。

②受け皿枠を、矢印の方向にカチッと音がするまで動かす。

2 グリル受け皿をのせる。

※受け皿枠の凸部（2ヵ所）を、グリル受け皿の穴（2ヵ所）に合わせて入れる。

3 グリルあみをのせる。

※グリルあみの向きに注意する。
（立ち上がりがある方が奥側。）

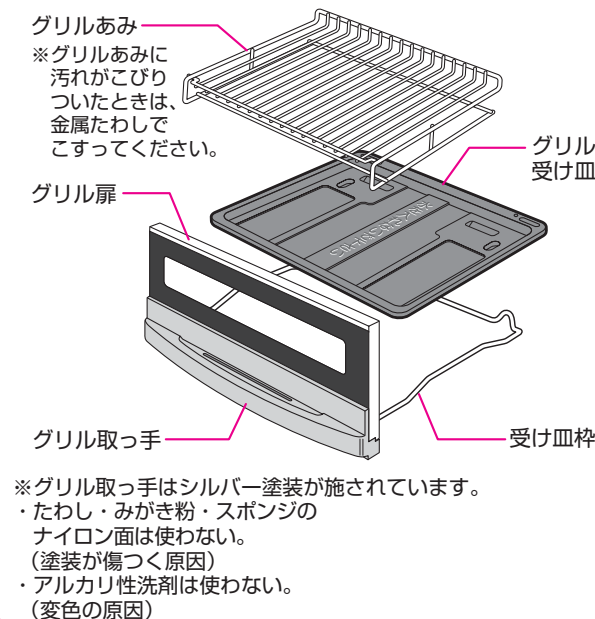
4 グリル扉を、ななめ上からすべりこませるように奥まで入れる。

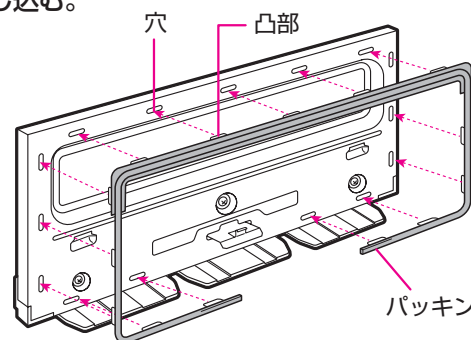
グリル部

グリル扉・グリルあみ・グリル受け皿・受け皿枠

- たわし・みがき粉は使わない。（傷つきの原因）
- グリル扉を食器洗い乾燥機に入れない。
  （グリル取っ手の塗装を傷つけたり、パッキン・樹脂部が変形する原因）
- グリル受け皿に漂白剤を入れない。
  （グリル受け皿のさびの原因）

■うすめた台所用中性洗剤とスポンジで洗う。
（塩素系洗剤は使わない）

※グリル取っ手はシルバー塗装が施されています。
・たわし・みがき粉・スポンジのナイロン面は使わない。
（塗装が傷つく原因）
・アルカリ性洗剤は使わない。
（変色の原因）

パッキンの取り付けかた

グリル扉内側の穴（15ヵ所）に、パッキンの凸部を押し込む。

- パッキンがはずれていたり、浮いていると、グリル扉から煙が出たり、自動調理がうまくできません。また、焼き始めないことがあります。

グリル庫内

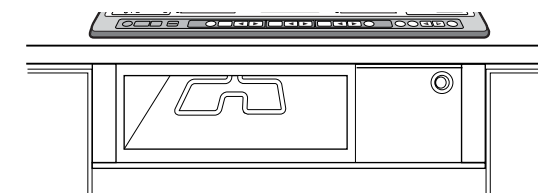
加熱することで庫内のにおいを軽減させる効果があります。

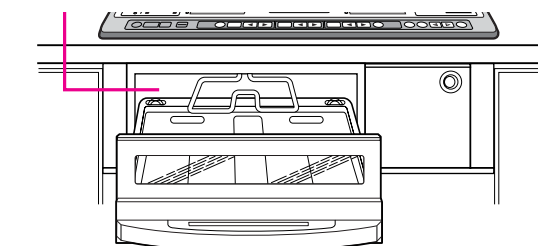
5～6回の使用のたびに下記の空焼き操作を行ってください。

空焼き操作のしかた

1 グリル部を取り出し、庫内底面の油汚れをふき取る。

※アルミホイルは取り除き、受け皿はよく洗う。（発煙・発火の原因）

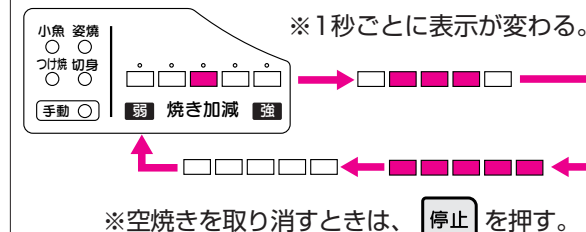
※ヒーターに触れないように注意する。

2 グリル部を取りつける。

※**グリルあみは入れない。**（あみの劣化の原因）

3 電源を「入」にする。

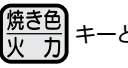
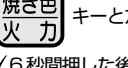
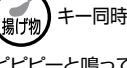
4 [グリル スタート] を３秒間押す。

- ブザーが鳴って空焼きが始まる。
  空焼き中は、下記の表示でお知らせします。
  ※約８分後、ブザーが鳴って自動的に終了します。

※1秒ごとに表示が変わる。

※空焼きを取り消すときは、[停止] を押す。

故障かな？と思ったら

状　況	原　因	直し方
ヒーターが入らない	ブレーカーや電源スイッチが「入」になっていますか。	ブレーカーや電源スイッチを「入」にしてください。
	チャイルドロック中ではありませんか。	チャイルドロックを解除してください。➡P. 26, 27
中央ヒーターまたはグリルが使えない	中央ヒーターロック中ではありませんか。	中央ヒーターロックを解除してください。➡P. 26, 27
	中央ヒーターとグリルは同時に使えません。	
左右ＩＨヒーターの火力表示部が点滅して、約１分後に消灯する	適していないなべを使っていませんか。	適したなべをＩＨヒーターに正しく置いてください。➡P. 12, 13
	なべをＩＨヒーターにのせていないか、加熱部の中央からずれて置いていませんか。	
使用中、ブザーが鳴りヒーターが停止した	使用中、操作をしないまま一定時間がたつと、ヒーターが停止します。「切り忘れ防止機能」➡P. 2 ※ヒーターは最終操作から約 45 分、グリルは加熱がスタートしてから約 20 分で停止します。	再度ご使用のヒーター「入/切」キーを押し、火力調節キーで火力を設定してください。
中央ヒーターが赤くなったり、消えたりする	●高温になりすぎると、温度調節機能がはたらくためです。異常ではありません。 ●火力「3」以下では、ヒーターを入/切して火力調節するためです。	
調理中、なべから「ブーン」や「ジー」など音がする	なべの種類によっては、音がすることがあります。（また、なべなどの取っ手に振動を感じることがあります。）	異常ではありません。そのままお使いください。
調理中、左右 IH ヒーターの火力が自動的に下がったり、火力が上げられないときがある	３つのヒーターを同時に使用していませんか。３つのヒーターを同時に使うと、総消費電力が 5800W を超えないように、左右 IH ヒーターの最大火力を自動的に調整します。	
調理中や電源スイッチを切った後も運転音がする	本体内部の温度を下げるために冷却ファンが回っています。電源スイッチを切っても最大１分間ファンが回ります。（運転音の大きさは、IH ヒーターの火力によって変わります。）	
調理中・調理後「カチッ」といった音がする	内部電気部品の動作音がしますが、異常ではありません。	
グリル調理中、上下どちらかのヒーターしかついていない	調理中は上下ヒーターの火力を調節しながら焼くので、ヒーターが赤くみえないことがあります。グリル（両面手動調理）の最大火力で約３分加熱し、ヒーターが赤くなることを確認してください。	
IH ヒーターで調理するとこげつく、こびりつく	調理に合わせて火力を調節してください。 ●炒め物、焼き物…こげつきそうなときは、フライパンなどを IH ヒーターから離して、火力を調節してください。 ➡P.34「IH ヒーター火力調節のめやす」 ➡P.38「焼き物のコツ」「炒め物のコツ」	
IH ヒーターで調理すると焼きムラが出る	予熱が足りないと焼きムラが出ることがあります。	火力「4」～「6」で 30 秒～１分程度予熱をしてください。 ●卵焼き…火力「4」で予熱してから調理してください

ブザーが鳴りつづけ、こんな表示が出たら

■「U」エラー記号は誤った使いかたをしたときに表示される場合があります。エラーが出ると加熱は止まります。故障ではありません。

表示内容を確認してから、タイマーランプが点灯しているヒーターの「入／切」キーを押して表示を消してください。

状　況	原　因	直し方
U1（空焼き検知）	なべなどを空焼きしたり、予熱しすぎていませんか。	予熱をするときは、火力を少し落として行ってください。 本体が冷えてから使ってください。
U3（本体内部温度上昇）	本体内部の温度が異常に高くなっています。吸・排気口がタオルなどでふさがれていませんか。	ふさいでいるものを取り除き、本体が冷えてから使ってください。
揚げ物キーを使用したときにはたらきます U4（油温度上昇がおそい）	なべ底にそりや変形がある。付属の天ぷらなべを使っていない。	揚げ物は、そりや変形のない付属の天ぷらなべを使ってください。
	揚げ物キーを使用して水（汁物）などを加熱していませんか。	揚げ物キーを使用して揚げ物以外の調理をしないでください。
	トッププレートが熱いときに揚げ物調理をはじめませんでしたか。	トッププレートが冷めてから揚げ物調理をはじめてください。
U5（油温度上昇がはやい）	油の量が約 0.6 リットル（約 500g）未満で調理していませんか。	油の量は約 0.6 リットル（約 500g）以上で調理してください。
	高温の油を加熱していませんか。	常温の油を使用してください。
	揚げ物キーを使用して炒め物や空焼きをしていませんか。	揚げ物キーを使用して揚げ物以外の調理をしないでください。
	なべの中に調理かすがたまっていませんか。	調理かすはこまめに取り除いて調理をしてください。

■以下の表示のときは故障の可能性があります。

状　況	原　因	直し方
E1 E2 ……… E9	本体内部に異常が起きた、または安全装置がはたらいた可能性があります。	本体の電源スイッチと専用ブレーカーを切り、本体が冷えてから専用ブレーカーと電源スイッチを入れ直してみてください。記号が表示されない場合は正常です。そのままお使いください。以上の処置でも直らないときは、使用を中止し、必ず専用ブレーカーを切ってお買上げの販売店にご連絡ください。

店頭展示デモの解除のしかた

状　況	原　因	直し方
操作をすると、表示部と火力表示ランプはつくが、ヒーターが動作しない。（ヒーターが熱くならない） また、表示部に dE と表示される。	店頭展示デモになっています。 ※誤って 焼き色 火力 キーと左 揚げ物 キーを同時に６秒間押した場合、店頭展示デモになります。	店頭展示デモを解除します。 焼き色 火力 キーと左 揚げ物 キー同時にを６秒間押す。 （６秒間押した後、ピピピーと鳴って、電源スイッチ「入」の表示になります。） また、電源プラグを抜くことでも解除できます。 ※店頭展示デモの状態は、電源スイッチを切っても記憶しています。

困ったとき

お料理のページ

■IHヒーターの火力調節のめやす

記載の火力や時間は、IHヒーターに慣れていただくためのめやすです。
使い慣れてきましたら、お持ちのなべ等に合わせて、火力や時間を調節してください。

メニュー例		火力のめやす							
	火力	1	2	3	4	5	6	7	8
	(W)	120	300	500	750	1000	1500	2000	2500
煮る	肉じゃが				▬ 炒める ━ 煮込む		┅		
	かれいの煮つけ				━ 煮る		┅		
	ポークカレー			━ 煮込む	▬ 炒める ━ 煮込む		┅		
	鶏肉と野菜のスープ			━ 煮込む	▬ 炒める				
蒸す	薄皮まんじゅう			━ （あんを）	━ 煮詰める		━ 蒸す		
	茶わん蒸し						━ 蒸す		
	しゅうまい						━ 蒸す		
ゆでる	カリフラワーのマリネ				━ ゆでる		┅		----
	ほうれん草のからしあえ								---- ━ ゆでる
焼く	ビーフステーキ				・・・・ ▬ 焼く				
	ハンバーグ		▬ 裏 焼く		・・・・ ▬ 表 焼く				
	厚焼き卵				・・・・ ▬ 焼く				
炒める	野菜炒め						・・・・ ▬ 炒める		

火力設定のポイント
- ┅ だし汁などを一煮立ちさせる火力
- ━ 煮る・蒸す・ゆでるときの火力
- ▬ 焼く・炒めるときの火力
- ・・・・ フライパンを予熱する火力
  （※IHヒーターは、火力「6」以下で予熱してください。）
- ---- 沸騰させるときの火力

●火力のめやすは三菱推奨なべを使用した場合です。
●材料の量、なべの形状・材質により加熱状態が異なります。様子を見て火力を調節してください。
●なべ、フライパンの種類によっては、底面が熱で変形することがあります。

計量カップ・スプーンの質量表（単位：g）

	小さじ(5mL)	大さじ(15mL)	カップ(200mL)		小さじ(5mL)	大さじ(15mL)	カップ(200mL)
水・酒・酢	5	15	200	ケチャップ	6	18	240
しょうゆ・みりん・みそ	6	18	230	マヨネーズ	5	14	190
食　塩	5	15	210	こしょう	3	8	100
上 白 糖	3	9	110	からし粉	2	6	80
油・バター	4	13	180	牛　乳	6	17	210
薄 力 粉	3	8	100	生クリーム	5	15	200
強 力 粉	3	8	105	パ ン 粉	1	4	45
ベーキングパウダー	3	10	135	粉チーズ	2	6	80
片栗粉	3	9	110	ジ ャ ム	7	22	270

煮る・蒸す・ゆでる

タイマー ……タイマーを使うと便利！➡使い方 P24.25

肉じゃが

材料（4人分）
- 牛肉（小間切れ）……200 g
- じゃがいも（乱切りにする）…中5個
- にんじん（乱切りにする）……1本
- 玉ねぎ（くし形に切る）……中1個
- しらたき……小1束
  （下ゆでして1、2ヵ所切る）
- いんげん……10本
  （筋を取り半分に切ってゆでる）
- サラダ油……大さじ2
- (A) 酒・しょうゆ・砂糖・みりん……各大さじ3
- 塩……少々
- 水……カップ2

作り方

❶なべにサラダ油を入れて、火力「4」で玉ねぎ、牛肉、にんじん、じゃがいも、しらたきの順に炒める。
❷❶に水カップ2を加えて、火力「6」で一煮立ちしたら肉のアクをすくい取る。（A）を加えて、火力「4」に落とし、ふたをして約30分煮込む。タイマー
（途中ときどきかき混ぜる。）
いんげんをちらす。

かれいの煮つけ

材料（4人分）
- かれい（切り身）……4切
- 酒・みりん……各カップ1/2
- 水……カップ1
- しょうゆ……カップ1/2
- 砂糖……適宜
- しょうが（うす切りにする）……1片

作り方

❶なべに酒とみりんを入れて、火力「6」で一煮立ちしたら、水、しょうがを加える。沸騰したらかれいを入れる。
❷約5～8分煮たら、しょうゆ、砂糖を加えて、火力「4」に落としてさらに5分煮る。

※つやを出す場合は、盛り付けてうちわであおぐ。

ポークカレー

材料（4人分）
- カレールー（市販品）……150g
- 豚肉（小間切れ）……200g
- にんにく（みじん切りにする）……1片
- 玉ねぎ（くし形に切る）……中1個
- にんじん（乱切りにする）……1本
- じゃがいも（一口大に切る）……中2個
- 水……カップ4
- 塩……少々
- りんごジャム……適宜
- ケチャップ・サラダ油……各大さじ2

作り方

❶なべにサラダ油を入れて、火力「4」でにんにく、玉ねぎ、豚肉、にんじん、じゃがいもの順に炒めたら、水カップ4を加えて火力「6」で一煮立ちさせ、火力「4」で煮込む。
❷にんじん、じゃがいもがやわらかく煮えたらカレールー、りんごジャム、ケチャップを加えてよく溶かし、火力「3」で約10分煮込む。タイマー
（途中ときどきかき混ぜる。）
最後、塩で味を整える。

⚠警告

●水や調理物を加熱していると、突然沸騰して飛び散ることがあるため、加熱前によくかきまぜる。
特に、だし汁・みそ汁・カレー・牛乳などの汁物には注意する。
（やけど・けがの原因）

⚠注意

●長時間タイマーを使うときは、ふきこぼれやこげつきにご注意ください。

鶏肉と野菜のスープ

材料（4人分）

- 鶏ひき肉……200g
- （みじん切りにする）
  - にんにく……1片
  - にんじん……50g
  - 玉ねぎ……1/2個
  - キャベツ……100g
  - ピーマン、トマト……各2個
- 固形スープの素……2個
- 水……カップ4
- ローリエ……1枚
- オリーブ油……大さじ3
- 塩、こしょう……各少々

作り方

〔下ごしらえをする〕

●トマトは沸騰した湯にさっと通し、冷水に取って皮をむく。半分に切って種を取り、みじん切りにする。

〔調理をする〕

❶なべにオリーブ油を入れて、火力「4」でにんにく、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、ピーマンを炒め、さらに鶏ひき肉を加えてほぐしながら炒める。

❷❶に下ごしらえしたトマトと水カップ4、固形スープの素、ローリエを加える。沸騰したら火力「3」に落として約20分煮込み、塩、こしょうで味を整える。タイマー

薄皮まんじゅう

材料（4人分）〈12個分〉

- ねりあん
  - (A) さらしあん……100g
  - (A) 砂糖……200g
  - (A) 水……カップ1
  - 塩……少々
- シロップ
  - (B) 砂糖……50g
  - (B) 熱湯……50mL
- (C) 薄力粉、ベーキングパウダー（合わせてふるう）……100g、小さじ1
- パラフィン紙（4cm×4cm）……12枚
- 水（蒸し器用）……カップ3
- 薄力粉（生地の取り扱い用）……適宜

作り方

〔あんをつくる〕

❶なべに（A）を入れ、火力「4」で混ぜ合わせる。沸騰したら火力「3」に落として塩を加えて煮る。

❷8〜10分煮詰めて、冷ましてから12等分にする。

〔シロップをつくる〕

❸ボールに(B)を入れてよく混ぜて冷ます。

〔生地をつくる〕

❹（C）を❸のボールに加え、ゴムベラで切るようにさっくりと混ぜる。

❺❹の生地の表面にたっぷりと薄力粉をふりかけ、棒状にのばして12等分に切り分ける。

❻手に薄力粉をつけ、手の平で生地を薄くのばしてあんを包み、合わせ目を下にしてパラフィン紙におく。

〔蒸す〕

❼蒸し器に水カップ3を入れ、まんじゅうを並べて火力「6」で約10分蒸す。タイマー

ポイント

生地は大変やわらかいので、手にたっぷりと薄力粉をつける

茶わん蒸し

材料（4人分）

- 鶏ささみ肉……1枚
- しいたけ（うす切りにする）……2枚
- 芝えび（殻をむき、背わたを取る）……4尾
- （下煮用）
  - だし汁……カップ1
  - しょうゆ……大さじ1
  - 酒……大さじ1
- ぎんなん……12粒
- かまぼこ……4枚
- 三つ葉（3cmに切る）……4本
- ゆず皮（千切り）……適宜

〔卵汁〕

- 卵……3個
- だし汁……カップ2
- 酒……大さじ1
- 塩……少々
- 水（蒸し器用）……カップ3

作り方

〔下ごしらえをする〕

●鶏ささみ肉は小さく食べやすい大きさに切る。

●なべに、下煮用のだし汁、しょうゆ、酒を入れて煮立ったら、鶏ささみ肉、芝えび、しいたけをさっと下煮しておく。(＊)

〔卵汁をつくる〕

❶だし汁と(＊)の煮汁を合わせてこし、なべに入れて煮立たせ、酒、塩を加える。
これを2.5カップ分用意する。(40℃くらいになるまであら熱をとっておく。)

❷ボールに卵を割りほぐし、❶のだし汁を少しづつ加えて混ぜ、こす。

〔蒸す〕

❸器に鶏ささみ肉、しいたけ、えび、かまぼこ、ぎんなんを入れ、卵汁を器の8分目まで加えてふたをする。

❹蒸し器に水カップ3を入れ、器を並べて火力「6」で8〜10分蒸す。タイマー

❺蒸し上がったら、ゆず皮と三つ葉をちらし、器のふたをして蒸らす。

しゅうまい

材料（4人分）〈28個分〉

- (A)
  - 豚ひき肉……200g
  - 長ねぎ（みじん切りにする）……1本
  - 干ししいたけ……4枚
  - しょうが（おろし汁）……小さじ1
  - ごま油……小さじ2
  - しょうゆ……大さじ1
  - 片栗粉……小さじ2
  - 塩、こしょう……各少々
- むきえび……200g
- しゅうまいの皮……28枚
- グリンピース……適宜
- 水（蒸し器用）……カップ3

作り方

〔下ごしらえをする〕

●干ししいたけは水でもどしてみじん切りにする。

●むきえびは14尾を残して細かくきざむ。

〔たねをつくる〕

❶ボールに（A）ときざんだむきえびを入れてよくかき混ぜ、約30分なじませる。

❷❶をしゅうまいの皮で包む。
（人差し指と親指で丸を作り、その上にしゅうまいの皮をのせて、たねをのせて形を整え、残しておいたえびとグリンピースをのせる。）（各14個分）

〔蒸す〕

❸蒸し器に水カップ3を入れ、蒸し板を入れ、その上に濡れぶきんをしいてしゅうまいを並べる。ふたをして火力「6」で約15分蒸す。タイマー

カリフラワーのマリネ

材料（4人分）

- カリフラワー（小房に切る）……1株
- 米のとぎ汁……カップ3
- 塩……少々
- 甘酢
  - (A) 酢……カップ1/2
  - (A) 砂糖……大さじ3
  - (A) 唐辛子（小口切り）……1本分
  - (A) ローリエ……1枚

作り方

❶なべに（A）を入れて、火力「6」で一煮立ちさせて甘酢を作る。

❷なべに米のとぎ汁カップ3を入れ、火力「8」で沸騰させる。塩を加えて火力を「4」に落とし、カリフラワーを約3分ゆでる。

❸ざるに上げて水気を切り、甘酢に1時間つける。

ほうれん草のからしあえ

材料（4人分）

- ほうれん草（洗う）……2束（300g）
- (A) からし……小さじ1
- (A) だし汁……カップ1/2
- (A) 塩……少々
- 水……カップ2

作り方

❶なべに水カップ2を入れて、火力「8」で沸騰させる。ほうれん草を手早くゆでて冷水にさらし、水気を切り、食べやすい大きさに切る。

❷ボール（A）を合わせて味を整え、ほうれん草をあえる。

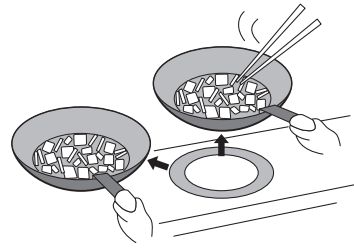
焼く・炒める

焼き物のコツ

■IH ヒーターは立ち上がりが早いので、予熱が短時間ですみます。
材料の準備、調理の段取りを整えてから、予熱を始めてください。
予熱しすぎによるこげつき・なべの変形を防ぐとともに、手早く調理することでおいしく仕上がります。

炒め物のコツ

■フライパン等に余裕を持たせた量で調理してください。
(材料がよく動き、こげつきにくく、調味料もまんべんなくからむ。)
■こげつきそうなときは、フライパン等を IH ヒーターから離して火加減してください。

⚠警告

●炒め物と焼き物をするときは、
・そばを離れない
・加熱しすぎない
(予熱の火力は弱めにする)
(油の温度が急激に上がり、発煙・発火の原因)

ビーフステーキ

材料（4人分）

牛ひれ肉（厚さ約2cm）……4枚
塩 / こしょう……各少々
サラダ油……大さじ2
にんにく（スライスにする）……1片

〔和風ソース〕
おろし大根 / ぽん酢……各適量

〔付け合せ例〕
しめじのソテー、にんじんのグラッセ、クレソン

お好みの付け合わせを用意しておく。

作り方

※焼き加減はミディアム程度です。
❶牛ひれ肉をかるくたたいて柔らかくし、塩、こしょうをする。
❷フライパンにサラダ油とにんにくを入れて、火力「4」で約１分温めたら、牛ひれ肉を入れ、ほどよく色付くまで焼く。裏返してふたをして約２分焼く。

ハンバーグ

材料（4人分）

(A)
合びき肉……300 g
パン粉……カップ 1
卵……1 個
ナツメグ……少々
塩……小さじ 1
こしょう……少々

玉ねぎ（みじん切りにする）……中 1 個
サラダ油……適量

〔ソース〕
ケチャップ / ソース……各適量

〔付け合せ例〕
ミックスベジタブルのソテー、クレソン

お好みの付け合わせを用意しておく。

作り方

〔たねをつくる〕
❶フライパンにサラダ油を入れ、火力「6」で約 30 秒温めたら玉ねぎを炒め、あら熱を取っておく。
❷ボールに❶の玉ねぎと（A）を入れてよくねり、にぎっても割れないようなら、４等分にして小判形にする。

〔焼く〕
❸フライパンにサラダ油を入れて、火力「4」で約１分温めたら❷を入れ、表面がほどよく色付くまで焼く。裏返して火力「2」に落とし、ふたをして約７～８分蒸し焼きにする。タイマー

厚焼き卵

材料（4人分）

卵……5 個
(A)
だし汁……50mL
しょうゆ……小さじ 1
みりん / 砂糖……各大さじ 1
塩……少々

サラダ油……適量

作り方

〔卵汁を作る〕
●ボールに卵を割りほぐし、（A）を加えてよく混ぜる。

〔焼く〕
❶IH ヒーター用の卵焼き器にサラダ油を入れて、火力「4」で約１分温める。
❷おたま２杯の卵汁をそそぎ入れ、表面がとろりとしたら、奥側から手前に折り返す。
※卵の気泡をさいばしでつつきながら焼く。
❸卵焼き器のあいたところにサラダ油をしき、卵を奥側にずらして卵汁を入れて❷を３～４回くり返す。
※最後は玉子焼き器の壁面を利用して形を整える。
※こげつきそうなときは、卵焼き器を浮かしたり、IH ヒーターからずらす。

野菜炒め

材料（4人分）

豚肉（小間切れ）……100g
にんにく（スライスにする）……1 片
にんじん（たんざく切りにする）……1/3本
きくらげ……5 枚
玉ねぎ（うす切りにする）……1/2個
たけのこの水煮（たんざく切りにする）……50g
キャベツ（大きめのたんざく切りにする）……100g
もやし……1 袋
ピーマン（たんざく切りにする）……1 個
ごま油 / 塩 / こしょう……各少々
サラダ油……適量

作り方

〔下ごしらえをする〕
●きくらげはぬるま湯でもどし、食べやすい大きさに切る。

〔炒める〕
❶フライパンにサラダ油を入れて、火力「6」で約 30 秒温めたら、にんにく、にんじん、豚肉、きくらげ、玉ねぎ、たけのこ、キャベツ、もやし、ピーマンの順に加えて炒める。

❷塩、こしょうで味を整え、仕上げにごま油で風味づけをする。

揚げる

⚠警告

揚げ物をするときは、次のことを守らないと、油は炎がなくても発火のおそれがあります

●揚げ物調理中はそばを離れない
●必ず付属の天ぷらなべを使う
●なべ底がそったり変形しているものは使わない
（なべ底のそりは 0.5mm 以下のものを使う）
●油の量は約 0.6 リットル（約 500g）未満では調理しない
●付属の天ぷらなべは加熱部の中央に置く
● IH ヒーターの揚げ物キーを使う

（火災の原因）

■揚げ物調理の温度調節のめやす

※付属の天ぷらなべで油約 0.9 リットル（約 800g）を加熱したときのめやす温度です。

揚げる	150℃	160℃	170℃	180℃	190℃	200℃	調理のポイント
野　菜	━━	━━ 素揚げ	━━	━━	━━ 天ぷら	━━	●お好みにより温度を高めに設定する。 ※材料・油の温度により、揚げ上がりがベタッとなることがあります。
魚介類				━━	━━ 天ぷら	━━	
フライ				━━	━━	━━	
冷凍食品				━━	━━	━━	●冷凍食品を凍ったまま揚げる場合は、冷凍食品に表示されている温度より高めにする。
２度揚げ料理	━━ １度目		━━	━━ ２度目			（ポテトチップス、魚のまる揚げ、鶏のから揚げなど。）

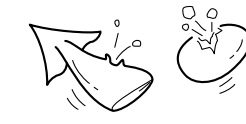
● IH ヒーターの揚げ物キーを使ってください。
●油の量は約 0.9 リットル（約 800g）がめやすです。
●詳しくは P.16、17 をご覧ください。

揚げ物のコツ

■新しい油を使ってください。
■油の温度は材料に合わせて決めてください。
■１回に揚げる量は、控えめにしてください。（油の表面積の 1/2 程度がめやす）
■でき上がりのめやすは、材料が浮き上がり、衣のまわりの泡が小さくなったときです。
■天カスは、こまめに取ってください。

油の飛び散りを少なくするために

材料は必ず水分をふき取ってください。
●特にしいたけやピーマンなど！
（水分が残っていると油がはねることがあります。）

いかやゆで卵などは揚げすぎないでください。
●長時間揚げると破裂！
（特にけんさきいかや、するめいか・コロッケ・中が空洞の野菜などは注意）
●なべの中に揚げ忘れがないか、常に確認を！

衣や生地づくりは
●天ぷら衣は固すぎないように！
●水分の多い材料は、必ず薄力粉を薄くまぶしてから衣をつけて！
●ドーナツなどの生地には、ベーキングパウダーや砂糖を入れて！

特に下ごしらえの必要な材料

え　び
尾の先を切って水分を出す

ししとう
水気をふき取り、竹串またはようじで穴をあける

い　か
皮をむき水分をふき取り、切り目を入れる

天ぷら

材料（４人分）

車えび……8 尾
ほたて貝
（半分にそぎ切りにする）……2 個
まいたけ（小房にほぐしたもの）……4 房
みょうが（半分に切る）……2 個
かぼちゃ（くし形に切ったもの）……4 枚
三つ葉（2 本束にして結ぶ）……8 本
揚げ油……約 0.9 リットル（約 800g）

［天ぷら衣］
薄力粉……130g
卵……1 個
水……カップ 1
塩……少々

［天つゆ］
(A) だし汁……カップ 1.5
しょうゆ……50mL
みりん……大さじ 1
砂糖……小さじ 1
大根おろし、しょうが……各適宜

作 り 方

〔天つゆをつくる〕
●（A）を合わせてひと煮立ちさせる。

〔天ぷらの下ごしらえをする〕
●車えびは皮をむき、背わたを取り除いて、反らないように腹側に数ヵ所浅い切り目を入れる。

〔衣をつくる〕
●ボールに卵、水、塩を入れてよく混ぜ、薄力粉を加えてさっくりと混ぜる。

〔揚げる〕
❶材料に軽く塩をして薄力粉をつける。
❷付属の天ぷらなべに油を入れて、「揚げ物」キーを押して、温度を設定する。（※左ページ参照）
❸設定温度になったら野菜・ほたて貝・えびの順に衣を付けて揚げる。

ミックスフライ

材料（４人分）

大正えび……8 尾
グリーンアスパラ（半分に切る）……4 本
じゃがいも
（皮をむいてうすく切ったもの）
かぼちゃ（くし形に切ったもの）……各 4 枚
塩、こしょう……各少々
薄力粉……適量
卵……2 個
パン粉……カップ 3
揚げ油……約 0.9 リットル（約 800g）
レモン（くし形に切ったもの）……4 個
パセリ……適量

［タルタルソース］
マヨネーズ……カップ 1
ゆで卵……1 個
玉ねぎ……1/4 個
きゅうりのピクルス……1 本
パセリ（みじん切り）……小さじ 1
レモン汁……1/2 個分
塩（塩もみ用）……少々

作 り 方

〔タルタルソースを作る〕
❶玉ねぎはみじん切りにして塩もみし、ふきんに包み、水洗いしてきつくしぼる。
❷ゆで卵、きゅうりのピクルスをみじん切りにする。
❸ボールに❶と❷とパセリ、マヨネーズを入れてよく混ぜ、レモンをしぼって味を整える。

〔揚げ物の下ごしらえをする〕
●大正えびは皮をむき、背わたを取り除いて、反らないように腹側に数ヵ所浅い切り目を入れる。

〔調理をする〕
❶具材に塩、こしょうをして、薄力粉、卵、パン粉の順につける。
❷付属の天ぷらなべに油を入れて、「揚げ物」キーを押して、温度を設定する。（※左ページ参照）
❸設定温度になったら揚げる。

グリル〔自動〕

⚠注意

●**使用中は本体から離れない**
（調理物が発火して火災の原因）

●**グリル受け皿に水は入れない**
（グリル庫内に水がこぼれた場合、本体内部に水が入って本体故障の原因）

●**必要以上に加熱しない**
（加熱しすぎると発火の原因）

●**使用後は必ずお手入れする**
グリル受け皿やグリルあみなどについた油分は残さず洗い落とす
続けて焼くときは、グリル受け皿にたまった油を捨て、汚れをきれいに落としてから次を焼く
（グリル受け皿などに調理くずや油分が残ったまま調理すると発煙・発火の原因）

●**調理物が発煙・発火した場合はすぐに電源スイッチを切り、次の手順で消火する**
①電源スイッチを切る
②吸・排気カバー全体をぬれたタオルでふさぐ
※このときグリル扉の周囲から煙が出ます。

■自動調理メニューと焼き時間のめやす

自動調理メニュー	魚の種類 ※□は、各自動調理メニューの基準となる魚です。		焼き時間のめやす				
			調理例	一尾(切)あたり	焼き色	数量	時間
姿焼	生魚	さんま あじ いわし	さんま あじ	約160g 約120g	中 中	5尾 3尾	約23分 約23分
切身	切身	さけ さば ぶり	さけ	約80g	中	4切	約13分
	干物	あじの開き さんまの開き 一夜干し	あじの開き	約100g	中	2枚	約13分
小魚		ししゃも めざし	ししゃも	約20g	中	10尾	約12分
つけ焼	つけ焼き 西京漬け みそ漬け	ぶり さわら さば まぐろ	ぶりのつけ焼き	約75g	中	4切	約14分
			さわらの西京漬け	約75g	中	4切	約14分

■自動調理メニューの焼き色について

食材の状態（季節・鮮度・脂ののりなど）で、焼け具合が変わります。

焼き色がうすいときは手動で追加焼きしてください。

焼き色がつきにくいもの
●水分の多いもの
●皮が銀色で、光沢があるもの
（熱を反射しやすいので焼き色がつきにくい）

一尾（枚・切）など少量を焼くとき
●こげやすくなるので、焼き加減（焼き色）調節で「うすめ」に設定してください。（焼き加減（焼き色）調節➡P. 21）

焼き色がつきやすいもの
●脂ののりがよいもの
●塩をふったもの、一塩ものの切身など塩分濃度が高いもの
●つけ焼きで、つける時間が長いもの・味の濃いもの
●厚みがうすいもの（特につけ焼き）

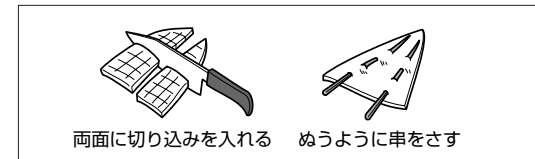
小さめの魚を焼くとき
●尾などうすい部分がこげやすい

グリルあみに魚をこびりつきにくくするコツ

■焼く20～30分前に魚に塩をふる。
■焼く直前に、魚の表面の水分をよくふき取る。
■グリルあみに油をぬる。
■魚の表面（グリルあみに接する面）にレモンや酢をぬる。
※ぬりすぎると魚の身が固くなったり、味が落ちます。
ぬるときは、キッチンペーパーやはけなどでかるくぬってください。
※レモン汁・酢のにおいは焼くと消えます。

焼くときのコツ

■自動調理で上手に焼き上げるために、
●冷凍の魚を焼くときは、完全に解凍してから焼く。
●種類の違う魚をいっしょに焼かない。
■厚みのあるものは、厚さ4cm以下にしてください。
グリルあみからはみ出るものは半分に切ってください。
■焼くと反り返るものは切れ目を入れたり、串を通してヒーターに触れないようにしてください。

■一尾（枚・切）など少量を焼くときは、グリルあみの中央において焼く。
※グリルあみの奥側におくと焼き色が濃くなります。
※グリルあみの手前側は焼き色がうすくなります。
■塩焼きは焼く20～30分前に塩をふっておく。
（川魚は焼く直前に塩をふる）
〔見ばえよく焼くには〕
●尾・ヒレに塩をまぶす(化粧塩)。またはアルミホイルを巻く。

お願い

つけ焼きは、たれをよく切ってからグリルあみにのせてください。
（ヒーターにたれがつくと、たれの塩分によりヒーター故障の原因）

お知らせ

グリル調理後、庫内に長時間調理物を放置すると、調理物に庫内のにおいが移ることがあります。

さんまの塩焼き

材料（4人分）
さんま……4尾
塩……少々
大根おろし、かぼす……各適宜

アルミホイルをセットするとお手入れが簡単です。

作り方
❶さんまはきれいに洗って水気をとり、塩をふる。
❷グリルあみにアルミホイルをセットする。
（アルミホイルのセットのしかた ➡P.20「準備」）
❸グリルあみに、さんまの頭を左、腹を手前にして並べ、「自動」キーを押して「姿焼き」を選び焼く。
※焼き不足の場合は手動で追加焼きする。

ぶりのつけ焼き

材料（4人分）
ぶり切り身（75g）……4切れ
(A)
しょうゆ……大さじ4
酒……大さじ1
みりん……大さじ3
砂糖……大さじ2
しょうが（うす切りにする）…3～4枚

〔筆しょうがの甘酢漬け〕
筆しょうが……4本
酢……大さじ3
砂糖……小さじ2
塩……少々

アルミホイルをセットするとお手入れが簡単です。

作り方

〔筆しょうがの甘酢漬けをつくる〕
❶筆しょうがは根の部分の形を整えて、くきの部分を8cm程度に切る。
❷ボールに酢、砂糖、塩を入れて甘酢を作る。
❸なべに水カップ2を入れて沸かし、筆しょうがをさっとゆでて、❷の甘酢に約30分つけておく。

〔ぶりのつけ焼きをつくる〕
❶ぶりの切身は厚みのあるものを用意する。
❷ボールに（A）を合わせて、ぶりを30分間つけておく。
❸グリルあみにアルミホイルをセットする。
（アルミホイルのセットのしかた ➡P.20「準備」）
❹ぶりを並べ、「自動」キーを押して「つけ焼き」を選び焼く。
※焼き不足の場合は手動で追加焼きする。

グリル〔手動〕

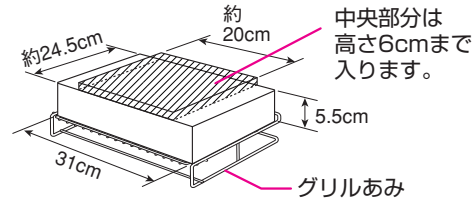
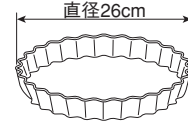
タイマー ……タイマーを使うと便利！➡使い方P24.25

■グリル火力のめやす

メニュー	火力のめやす			ポイント
	弱	中	強	
	上ヒーター 500W 下ヒーター 330W	上ヒーター 750W 下ヒーター 400W	上ヒーター 900W 下ヒーター 800W	
ピザ			◀━▶	●調理中、ときどき器や調理物を回すと、焼きむらが少なく上手に焼けます。
ほうれん草のキッシュ		◀━▶		
ミートローフ		◀━▶		
チキンマカロニグラタン		◀━▶		
スウィートポテト		◀━▶		
ジャンボ・アップル・マフィン	◀━▶			

■グリル庫内の大きさ

幅31cm×奥行24.5cm×高さ5.5cm

まで入ります。

●キッシュ皿なら直径26cmまで入ります。

ピ　ザ〈ピザ皿で簡単！〉

材料（直径23cmのピザ皿1枚分）

(A)
- 強力粉……120g
- ドライイースト……小さじ1弱（予備発酵のいらないもの）
- バター（溶かす）……10g
- 砂糖……小さじ1
- 塩……小さじ1/4

ぬるま湯（40℃）……70mL
玉ねぎ（うす切り）……1/4個
ピーマン（輪切り）……1/2個
マッシュルーム（スライス）……小1/2缶
ベーコン（1ｃｍ幅に切る）……2枚
サラミソーセージ（うす切りにしたもの）……8枚
オリーブ（スライス）……2個分
ナチュラルチーズ……70g
ピザソース（市販品）……大さじ3
バター（ピザ皿にぬる）
バター（ボールにぬる）｝……各適宜

作り方

〔生地を作る〕

❶ボールに（A）を入れてよくこねる。

❷生地をひとまとめにし、ボールからはがれるようになったら、こねやすいようにまな板などの上に移し約20分こねる。（表面がなめらかになり、生地を伸ばして指が透けて見えるようになったらでき上がり。）
生地を丸くまとめる。

❸バターをうすくぬったボールに生地を入れ、ラップをかけて約1時間おいて発酵させる。（生地が2～2.5倍にふくらむ。）

❹発酵した生地をかるく押してガス抜きをして、約10分冷蔵庫で休ませる。

ピザ皿のかわりにグリルあみの上にアルミホイルを敷いてもよい。

〔具をのせて焼く〕

❺ピザ皿にバターをぬり、ピザ皿にそって生地を丸く伸ばす。その上にピザソースをぬり、具を並べてチーズをちらす。

❻グリルあみに❺のピザをピザ皿ごとのせ、「グリル」「手動」の火力「強」で7～8分焼く。タイマー

ほうれん草のキッシュ〈キッシュ皿で簡単！〉

材料（直径26cmのキッシュ皿1枚分）

クラッカー……80g
バター……30g
卵……1個

(A)
- 卵……3個
- 牛乳……200mL
- 生クリーム……100mL
- ナツメグ
- 塩
- こしょう｝……各少々
- モッツァレラチーズ……70～100g

ベーコン（1cm幅に切る）……4枚
ほうれん草（ゆでて、食べやすい大きさに切る）…1束（100g）
こしょう……少々
バター（型にぬる）……適宜

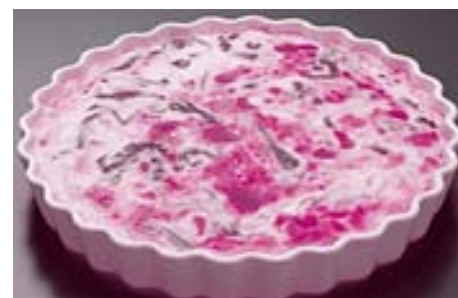
作り方

❶ボールにクラッカーを入れて細かくつぶし、バターと卵を加えて手でもむように混ぜる。
これを、バターをぬったキッシュ皿の底にしきつめ、押し付けて固定する。

❷別のボールに(A)を合わせ、よくまぜる。

❸火力「6」でフライパンを約30秒温めたら、ベーコンを炒め、ほうれん草を加えてかるくこしょうをふる。

❹❶で用意したキッシュ皿に、❸を入れ、さらに❷を加える。
「グリル」「手動」の火力「中」（中央）で10～14分焼く。タイマー

※ときどきキッシュ皿を回してください。

ミートローフ〈卵豆腐型で簡単！〉

材料（4人分）

合びき肉……300g
玉ねぎ（みじん切りにする）……中1個

(A)
- パン粉……カップ1
- 卵……1個
- ミックスベジタブル……カップ1/2
- レーズン（細かくきざむ）……大さじ1
- ケチャップ……大さじ2
- ナツメグ……少々
- 塩……小さじ1
- こしょう……少々

サラダ油
サラダ油（型にぬる）｝……各適量

お好みの付け合わせを用意しておく。

作り方

❶フライパンにサラダ油を入れ、火力「6」で約30秒温めたら玉ねぎを炒め、あら熱を取っておく。

❷ボールに合びき肉と❶と（A）を入れてよくねる。にぎっても割れないようなら、ひとまとめにする。

❸卵豆腐型にうすくサラダ油をぬり、❷を入れ表面をたいらにし、中央部分を少しくぼませる。「グリル」「手動」の火力「中」（中央）で18～20分焼く。タイマー

卵豆腐型のかわりにアルミホイルで型をつくってもよい。

チキンマカロニグラタン〈キッシュ皿で簡単！〉

材料（直径26cmのキッシュ皿1枚分）

マカロニ（ゆでて油をからめる）……100g
バター
薄力粉｝……各50g
玉ねぎ（うす切りにする）……中1個
にんにく（みじん切りにする）……1片
牛乳……カップ1.5
ローリエ……1枚
鶏がらスープ……カップ1
鶏肉（一口大に切る）……100g
マッシュルーム（スライス）……小1缶
塩
こしょう｝……各少々
パン粉
粉チーズ｝……各大さじ2
バター（型にぬる）……適量
パセリ（みじん切りにする）……適宜

作り方

❶なべに、にんにく、玉ねぎ、バター、鶏肉、マッシュルームを入れて火力「6」で炒め、火力「4」に落としてから薄力粉を加えて全体にからめる。

❷❶に牛乳、鶏がらスープを少しずつ加え、よく混ぜる。ローリエを加え火力「3」でかき混ぜながら約10分煮こむ。ローリエを取りだし、塩、こしょうで味を整えたら、マカロニとあえる。

❸キッシュ皿にバターをぬり、❷を入れる。パン粉、粉チーズをふり、「グリル」「手動」の火力「中」（中央）で10分焼く。タイマー
焼きあがったらパセリをふる。

スウィートポテト〈アルミカップで簡単！〉

材料（約12個分）

さつまいも（皮をむいたもの）……500g

(A)
- バター（溶かす）……30g
- 牛乳
- 生クリーム｝……各大さじ5
- 砂糖……60g
- バニラエッセンス……少々

さつまいもの種類などによって牛乳、生クリームの量は調節する。

作り方

❶さつまいもは厚めに皮をむき、3cmの輪切りにしてゆでて、あたたかいうちに水気を切って裏ごしする。

❷❶と(A)を合わせて、なめらかになるまでねる。

❸❷をしぼり袋に入れて、アルミ型にしぼり出す。

❹「グリル」「手動」の火力「中」（中央）で10分焼く。タイマー

ジャンボ・アップル・マフィン〈キッシュ皿で簡単！〉

材料（直径26cmのキッシュ皿1枚分）

卵……1個
牛乳……100mL
ホットケーキミックス……200g
りんご……1個
シナモン
シュガーパウダー｝……各少々
バター（溶かす）……50g
砂糖……60g
バター（型にぬる）
薄力粉（型にふる）｝……適量

作り方

❶りんごは皮をむき、芯を抜いて1cmの角切りにする。

❷ボールに卵を割りほぐし、砂糖、牛乳、ホットケーキミックス、溶かしバター、りんごを加えてさっくりと合わせる。

❸キッシュ皿にうすくバターをぬり、薄力粉をかるくふる。（型から取り出しやすくするため。）生地を入れて表面をたいらにする。

❹「グリル」「手動」の火力「弱」で18～25分焼く。タイマー
焼きあがったら、シナモン、シュガーパウダーをふる。

※タイマーをセットしないと、加熱を始めてから20分で切り忘れ防止機能がはたらいて自動的に停止します。

※ときどきキッシュ皿を回してください。

お料理ノート

保証とアフターサービス

■保証書（別添付）

- 保証書は必ず「お買上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店からお受け取りください。
- 内容をよくお読みのあと、大切に保存してください。

保証期間	お買上げ日から１年です ただし、グリルあみ・パッキンは消耗品ですので、保証期間でも有料とさせていただきます。

■オール電化延長保証制度

有料にて保証期間を延長する制度もございます。（ご加入期間は製品の購入日から３ヶ月以内とさせていただきます）資料のご請求や詳細は、フリーダイヤル0120-867-789三菱電機延長保証申込受付センターへお問い合せください。
（受付時間：平日午前９時～午後５時30分、年末年始及び所定の休業日を除く）

■補修用性能部品の保有期間

- 当社は、このIHクッキングヒーターの補修用性能部品を製造打ち切り後、８年保有しています。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

■ご不明な点や修理に関するご相談は

- お買上げの販売店かお近くの「三菱電機 ご相談窓口・修理窓口」（右一覧表）にご相談ください。

■修理を依頼されるときは

「故障かな？と思ったら」(P.32、33)にしたがってお調べください。なお不具合があるときは、必ず専用回路のブレーカーを「切」にしてからお買上げの販売店にご連絡ください。

◎保証期間中は

修理に際しては、保証書をご提示ください。保証書の規定にしたがって、販売店が修理させていただきます。

◎保証期間が過ぎているときは

修理すれば使用できる場合には、ご希望により有料で修理させていただきます。
点検・診断のみでも有料となることがあります。

◎修理料金は

技術料 ＋ 部品代（＋出張料金）などで構成されています。

◎修理部品は

部品共用化のため、色等を変更する場合があります。

■廃棄処分について

廃棄処分の際は必ず専門業者に依頼してください。

ご連絡いただきたい内容

1. 品名　IHクッキングヒーター
2. 形名　CS-KMG38E
   CS-KMG38ES
   CS-KMG38EB
   CS-LEG38ES
   ※本体前面部をご覧ください。
3. お買上げ日　　年　　月　　日
4. 故障の状況（できるだけ具体的に）
5. ご住所（付近の目印なども）
6. お名前・電話番号・訪問希望日

ご相談窓口・修理窓口のご案内（家電品）

取扱い・修理のご相談は、まず
お買上げの販売店へ

●お買上げの販売店にご依頼できない場合（転居や贈答品など）は、**各窓口** へお問い合わせください。

■お問合せ窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

三菱電機株式会社は、お客様からご提供いただきました個人情報は、下記のとおり、お取り扱いします。

1. お問合わせ（ご依頼）いただいた修理・保守・工事および製品のお取り扱いに関連してお客様よりご提供いただいた個人情報は、本目的ならびに製品品質・サービス品質の改善・製品情報のお知らせに利用します。
2. 上記利用目的のために、お問合わせ（ご依頼）内容の記録を残すことがあります。
3. あらかじめお客様からご了解をいただいている場合および下記の場合を除き、当社以外の第三者に個人情報を提供・開示することはありません。
   ①上記利用目的のために、弊社グループ会社・協力会社などに業務委託する場合。
   ②法令等の定める規定に基づく場合。
4. 個人情報に関するご相談は、お問合せをいただきました窓口にご連絡ください。

ご相談窓口　家電品の購入相談・取扱い方法　受付時間365日24時間

●三菱電機お客さま相談センター

フリーコール　いつもサンキュー 365日
0120-139-365（無料）

携帯電話・PHS・IP電話の場合	
三菱電機お客さま相談センター 〒154-0001 東京都世田谷区池尻 3-10-3 FAX（03）3413-4049（有料）	(03) 3414-9655 （有料）

■ご相談対応　平　日　9：00～19：00
土・日・祝・弊社休日　9：00～17：00
上記以外の時間は受付のみ可能です。

修理窓口　家電品の修理の問合せ・修理の依頼　受付時間365日24時間

●三菱電機修理受付センター

フリーダイヤル
0120-56-8634（無料）

インターネット
www.melsc.co.jp

携帯電話・PHS・IP電話の場合		
北海道・東北 関東甲信越	東日本 修理受付センター FAX (03) 3424-1115 （有料）	(03) 3424-1111 （有料）
東海・北陸・関西 中国・四国・九州	西日本 修理受付センター FAX (06) 6454-3900 （有料）	(06) 6454-3901 （有料）

●所在地、電話番号などについては変更になることがありますので、あらかじめご了承願います。　K10A

仕　様

項目		仕様
電源		単相200V（50-60Hz共用）
消費電力		5800W　※4800Wと切り替え式
	右IHヒーター	2500W
	左IHヒーター	2500W
	中央ヒーター（ラジエントヒーター）	1200W
	グリル（シーズヒーター）	上ヒーター 1200W　下ヒーター 800W
本体大きさ		幅599×奥行557×高さ231（㎜）
グリル大きさ	庫内寸法	幅333×奥行296×高さ107（㎜）　グリルあみから上ヒーターまでの高さ 最大60（㎜）
	グリルあみ寸法	幅310×奥行245（㎜）
質量（重さ）		約21kg
ヒーター切り替え		中央ヒーターとグリルの切り替え
電源コード		3.5㎟　2芯＋1.25㎟　1芯　キャブタイヤケーブル
電源プラグ		2極　接地極付　250V　30A

【総消費電力の切り替えについて】

本製品は、総消費電力を5800W（工場出荷時の設定）・4800Wの2段階に切り替えることができます。
アンペアブレーカーの容量不足の場合などで、ご使用上不便があるときに選べます。
※詳細は、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

愛情点検

長年ご使用のIHクッキングヒーターの点検を！

熱、湿気、ホコリなどの影響や、使用の度合により部品劣化し、故障したり、時には安全性を損なって事故につながることもあります。

このような症状はありませんか

- コゲくさいにおいがする。
- 触れるとビリビリ電気を感じる。
- トッププレートにひびが発生した。
- その他の異常・故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、専用ブレーカーを「切」にしてから必ず販売店にご相談ください。

三菱電機株式会社
三菱電機ホーム機器株式会社
〒369-1295　埼玉県深谷市小前田1728－1

ZT790Z654H32E